中国曲艺志

ISBN 7-5076-0264-8

9 787507 602647 >

ISBN 7－5076－0264－8

J·254 定价：

中国曲艺志

西藏卷

中国曲艺志全国编辑委员会
《中国曲艺志·西藏卷》编辑委员会

中国ISBN中心

中国曲艺志·西藏卷
中国曲艺志全国编辑委员会
《中国曲艺志·西藏卷》编辑委员会
中国 ISBN 中心出版
新华书店北京发行所经销
北京冠中印刷厂印刷
开本:787×1092 毫米 1/16　印张:34.25　插页:18　字数:68.5 万
2007 年 8 月北京第一版　2007 年 8 月北京第一次印刷
印数:1—2000 册
ISBN 7—5076—0264—8/J·254
定价: ￡$122

序　言

罗　扬

《中国曲艺志》是我国十部民族文艺集成志书之一；这部志书的编纂出版，是我国文化界尤其是曲艺界的一桩盛事。

我国的曲艺，历史悠久，丰富多彩。远在先秦，就有曲艺流传；唐宋时期，曲艺已渐趋繁盛。在长期的发展过程中，我国各民族各地区都创造了具有民族风格和地方特色的说唱艺术，涌现出众多的曲艺艺人和艺术家，积累了难以数计的书目、曲目，形成了异彩纷呈的艺术流派。曲艺来自人民，是人民大众的艺术，许多书目、曲目都反映了人民大众的生活，表达了人民大众的思想、感情、愿望和要求，其艺术形式亦为人民大众所喜闻乐见，无论是在农村、城镇，还是在牧区、林场、边疆和海岛，都拥有广大的听众，在人民文化生活中有着广泛而深远的影响。曲艺对我国文学、戏曲、音乐等姊妹艺术的发展，也有着重要的影响。自然，在封建社会和半封建半殖民地的旧社会，曲艺同戏曲等民族民间文艺一样，是不能登"大雅之堂"的，曲艺艺人的社会地位极为低下，曲艺的发展极为艰难。但是，由于曲艺始终保持着与人民大众的密切联系，深受人民大众的欢迎和爱护，依然不断地向前发展，显示出自己顽强的艺术生命力。

中华人民共和国成立后，我们的国家跨进人民当家做主的新时代，曲艺也随之进入蓬勃发展的新时期。在此之前，在"五四"新文化运动的影响下，曲艺就开始获得新的生机；在中国共产党领导的革命根据地，曲艺受到重视，曲艺改革取得显著的成绩，成为革命文艺的一个组成部分。中华人民共和国成立后，特别是中国共产党第十一届中央委员会第三次全体会议以来，在中国共产党和人民政府的领导下，广大曲艺工作者解放思想，振奋精神，坚持党的基本路线，坚持文艺为人民服务、为社会主义服务的方向和百花齐放、百家争鸣的方针，坚持"出人、出书、走正路"，创作演出了许多表现新时代、新人物的好书目、好曲目，收集、整理出许多优秀的和比较优秀的传统作品，锻炼和培养了许多曲艺人才，为丰富人民的文化生活，提高人们的精神境界，促进社会主义物质文明和精神文明建设，做出积极的贡献，并取得不少宝贵的经验。我国的曲艺品种现已发展到四百种以上，曲艺工作者达十余万人，曲艺的创作演出活动越来越活跃，曲艺在人民文化生活中的影响越来越大，

曲艺将随着我国社会主义事业的发展而进入一个更加光辉的新阶段。

回顾过去，我们可以自豪地说，我国的曲艺，不愧为中华民族文化艺术的瑰宝；曲艺在我国人民文化生活中的确有着重要的地位和作用。要建设有中国特色的社会主义文化，就不能不认真地研究曲艺，就不能不积极地发展曲艺。任何轻视曲艺的想法和做法，都是不对的。同时，我们要清醒地看到，曲艺毕竟是过去的时代的产物，其中也的确有些消极落后的东西；在曲艺改革工作中也曾发生过一些偏差和失误。

中华人民共和国文化部、中华人民共和国国家民族事务委员会、中国曲艺家协会于一九八六年共同商定编纂出版《中国曲艺志》，并报请列为国家重点科研项目，主要目的就是要以马克思列宁主义、毛泽东思想为指导，正确地记述我国曲艺的历史和现状，正确地反映中华人民共和国成立以来曲艺改革工作的显著成就和曲艺史、论研究的重要成果，以促进社会主义曲艺事业的繁荣和发展。

编纂出版《中国曲艺志》是一项带开创性的大工程。我们的有利条件很多：中国共产党和人民政府很重视这项工作，一方面在方针上给予指导，一方面在人力、物力、财力上给予保证；中华人民共和国成立以来曲艺工作取得的显著成就，为《中国曲艺志》的编纂工作打下良好的基础；曲艺界的同志们对这项工作非常关心和支持，从事志书编纂工作的同志表现出坚强的事业心和极大的热情，许多同志为使这部书早日问世，不辞辛劳，不计报酬，呕心沥血，忘我工作；文艺界和社会各界有关人士也给予积极支持。所有这些，都使我们提高了工作的勇气和前进的信心。同时，我们感到，编纂工作中的困难也很多。首先是史料、资料缺乏。由于旧社会不重视曲艺，在我国的艺文志和地方志中极难找到曲艺方面的记载；若干口头流传下来的东西，很少有人记录、整理出来，有些记录下来的材料，也难免讹误；中华人民共和国成立以后，有关部门曾经收集、记录、整理过一些曲艺资料，不幸的是，“文化大革命”中大都散失；有些老艺人相继去世，更增加了收集资料的困难。其次，是曲艺理论研究工作还相当薄弱，可利用的研究成果不是很多，编纂《中国曲艺志》又无前例可循，缺乏经验。第三，在人力和物质条件等方面也还存在着不少困难。总之，这部《中国曲艺志》的编纂出版工作，是在中国共产党和人民政府的领导下，大家同心协力、艰苦奋斗和积极探索的结果。

编纂出版《中国曲艺志》既然是一项带开创性的工作，客观上又存在着许多困难，加以我们的认识水平和编纂能力有限，这部志书难免有缺点和不足。我们热切希望，今后继续得到各方面的关心、指导和帮助，以便群策群力，使这部志书越修越好，并通过修志工作，把我国的社会主义曲艺事业不断推向前进！

凡　　例

一、本志的宗旨是，在马克思列宁主义、毛泽东思想指导下，坚持实事求是的原则，尽可能系统、翔实地记录和整理各地区、各民族曲艺历史与现状的有科学研究价值的资料，反映中华人民共和国成立以来曲艺改革的成就及其理论研究成果，以弘扬优秀的民族民间文化艺术，繁荣和发展社会主义曲艺事业，促进中外文化艺术交流。

一、本志按中华人民共和国现行的各省、自治区、直辖市立卷编纂。

一、本志时间上限，各卷按本地区曲艺发展的实际情况而定；下限一律至公元一九八五年底截止。

一、本志各卷统一按《〈中国曲艺志〉地方卷体例》的要求编写。分综述、图表、志略、传记四大部类，并按此顺序排列。

综述以历史时代为序，概括地记述本地区曲艺的历史和现状；

图表设本地区行政区划图、曲种分布图、大事年表、曲种表及其它有关图表；

志略包括曲种、曲（书）目、音乐、表演、舞台美术、机构、演出场所、演出习俗、文物古迹、报刊专著、轶闻传说、谚语口诀及其它等，并以此顺序排列；

传记是为本地区曲艺活动中有成就、有影响的演员、音乐设计和伴奏人员、作家、教育家、理论家、活动家等人物立传。立传人物均按其主要从艺地区记述，以生年先后为序排列。凡本志所记时间下限以后去世者与尚在世者，均不在本志列传，其艺术活动及成就在有关部类中记载。

一、本志附录，撷收本地区与曲艺有关的政策、法令及其它的有关资料。

一、本志纪年，中华人民共和国成立前一律以朝代及其年号为先，夹注公元纪年；中华人民共和国成立后，用公元纪年。

一、本志志略部类中曲（书）目之排列，以其名称的笔画为序；传记部类人物排列以生年先后为序。

目　录

综　　述

综　　述

西藏自治区地处中华人民共和国西南边疆，北界昆仑山、唐古拉山与新疆维吾尔自治区、青海省毗邻，东隔金沙江与四川省相望，东南与云南省山水相连，南面及西面与缅甸、印度、不丹、锡金、尼泊尔等国及克什米尔地区接壤。面积一百二十多万平方公里，约占全国总面积的八分之一。据1988年统计，人口为二百一十二万三千一百人，其中藏族人口为二百零二万六千六百人，占总人口的百分之九十五以上。除藏族外，还有汉、回、门巴、珞巴、怒、纳西族和僜人、夏尔巴人。

西藏地域辽阔，境内平均海拔四千米以上，素有"世界屋脊"之称。它拥有举世闻名的高大山脉，东西向有喜马拉雅山、冈底斯——念青唐古拉山、喀拉昆仑——唐古拉山等，南北向的有横断山脉等，还有众多分支山脉，形成山峦重叠，山峰林立之势。在这些终年积雪的高大山脉之间，分布着许多平缓丘陵和湖泊宽谷，其中以昆仑山脉之间的藏北"羌塘"草原最为典型，其东西长约二千四百公里，南北宽约七百公里，广阔无垠的平缓高原面，是西藏的主要牧业区。同时还有流域面积大于一万平方公里的大江大河，如雅鲁藏布江、怒江、澜沧江、金沙江；众多面积超过一百平方公里的湖泊，如纳木措、色林措、扎日南木措、羊卓雍措、玛旁雍措等四十七个湖泊。这些众多的江河湖泊，形成了沿江呈条带状的河谷平原和沿湖岸呈环带状的湖滨平原，是西藏的主要的农业区和半农半牧区。

公元六世纪末，藏族三十一代王朗日伦赞以雅隆为基地，同时据有雅鲁藏布江流域、拉萨吉曲河平原和尼洋河畔的工布地区。

据《唐蕃会盟碑》记载，至唐僖宗中和二年(藏历绕迥前佛灭后水虎年，882)，吐蕃王朝疆域以拉萨为首府，"南若门、洛和天竺、西若大食、北若突厥、拨悉密等。"《新唐书》载："东与松、茂、嶲接，南极婆罗门，西取四镇，北抵突厥。"公元九世纪中叶后，分裂割据时期的"蕃钦波"(大藏)，所辖地区有上部阿里三围，中部卫藏四茹，下部朵康(青康地区)六岗，即西藏十三部。

元代，西藏设立了"吐蕃等处"、"吐蕃等路"和"乌斯藏纳里速古鲁孙"三个宣慰史司都元帅府，分别管辖今属青、康、川的安多藏区，西康和昌都，卫藏和阿里三围。萨迦地方政权以萨迦为首府，拥有十三万户。

明代，在西藏设立了"朵甘思"、"乌斯藏"两个行都指挥史司。乌斯藏行都指挥史司管

辖范围,即今西藏大部分地区。帕莫主巴地方政权以乃东为首府。明神宗万历四十六年(藏历第十绕迥土马年,1618)建立藏巴第司(嘎玛噶举)地方政权,以日喀则为首府。

清太宗崇德六年(第十一绕迥水马年,1642),建立噶丹颇章地方政权,以拉萨为首府,辖青、康、藏大部分地区。

民国十七年(第十六绕迥土龙年,1928),建青海省,玉树、果洛、黄南等地划归青海省。民国二十七年(第十六绕迥土虎年,1938)建西康省,阿坝、甘孜、昌都等地划归西康省管辖。

1950年(第十六绕迥铁虎年),中国人民解放军开始进军西藏,10月23日解放西康,成立了由中央人民政府直接管辖的昌都地区解放委员会(后改名为昌都地区人民委员会)。

1951年(第十六绕迥铁兔年),西藏和平解放。1952年(第十六绕迥水龙年)4月12日十世班禅额尔德尼·却吉坚赞返藏,恢复其固有地位。其时,西藏地方政府管辖六个行政区:阿里区、藏区、洛喀区(山南)、塔布工布区、羌区(黑河)、卫区(拉萨)。1956年(第十六绕迥火猴年)5月2日,西藏自治区筹备委员会成立,昌都地区又划归其管辖。1965年(第十六绕迥木蛇年)9月9日西藏自治区人民政府成立,至1985年(第十六绕迥木牛年),辖首府拉萨一个市,日喀则、山南、那曲、昌都、阿里五个地区,共七十一个县。

唐以前西藏的文化传统
(从远古时期到公元六世纪)

早在几万年以前的旧石器时代的晚期,西藏高原已有了人类活动。到新石器时代,藏南雅鲁藏布江流域和藏东三江(澜沧江、怒江、金沙江)谷地已成为西藏先民活动的主要地区。1978年(第十六绕迥土马年)发现的西藏昌都卡若新时代村落遗址,说明早在四五千年以前西藏已有了堪称发达的远古文化。新石器时代晚期,西藏进入了原始社会瓦解,私有制产生的漫长过程。

据《汉藏史记》称,这个历史时期西藏的社会发展依次为:猕猴变人、六人种、四部落、玛桑九兄弟、十二小帮、二十五小帮、四十小帮、神做人王。其间,比较重要的事件是:众多部落的出现,赞普制度的建立,王权的确立。

苯教是西藏的原始宗教,认为世间万物都附有鬼神,其信奉的神祇有东西南北中五界神、地方神、守舍神、赞神、念神、龙神等,信奉天地万物,相信幽灵鬼怪各种神祇。如家神附在厨房灶旁的墙缝、柱头、椽子之间;赞神是一种附于大地的天神,有像猪头形象的多吉帕姆,马头形象的多吉达珍等;念神居于空中光明处,神通显示于人间的四面八方,念青唐古

拉就是早期苯教的大念神。国王乃天神下凡，王权也就为上天所赐。伴随着神仙宗教的产生，在布代贡杰统治时期，作为宗教经文出现的先兆，故事和传说流传开来。这也是苯教徒、讲故事者、讲谜语者三位一体意识形态的政体形成的原因，这种意识形态的政体也就形成了西藏的苯教文化传统。

在聂赤赞普开始到朗日伦赞普的这一历史时期，是苯教在西藏兴起和全盛时期，形成了由“仲”（传说故事）、“德乌”（猜谜巫卜）和苯教三位一体的意识形态。关于这方面的记载，《国王遗教》说：“至于圣教（佛教）和具吉祥符的苯教（苯教中的雍仲）出现的时代，那是在独一无二的君主聂赤赞普生活时代就出现了神仙宗教，说唱故事和谜语故事。”神仙宗教指的就是苯教；《王统世系明鉴》说：布代贡杰时期，苯教已非常流行，“所有的人（苯教徒）都击铃鼓，说唱艺人支配了它，并操纵之”；五世达赖喇嘛的编年史《西藏王臣记》说：在布代贡杰时期，“出现了讲故事者，讲谜语者和苯教的大辛”，又说“该王国被三类人所统治：讲故事者、讲谜语的人和苯教徒”。“讲故事者”有人译为“说唱艺人”，但这不是今天概念的“说唱艺人”，而是当时居于统治地位的三种人之一。

据《藏王遗教》载，早在两千多年以前，西藏就流传着许多优美动人的传说故事。如：《起尸和炼金的故事》、《玛桑的故事》、《麻雀的故事》、《青稞种子的来历》、《七兄弟星》、《猕猴变人》、《茶和盐的故事》、《桔子姑娘》、《青蛙骑手》、《小朗昂姑娘》、《国王的女婿》等等。这些传说故事反映了苯教时期，藏族人民对世界万物的认识，也反映了当时藏族人民的生活和生产活动。包括野兽的驯化、农耕的起源、畜牧的起源、工艺技能的发明、对疾病的认识等各个方面。讲述了藏族群众在古代严酷环境下与自然的斗争；反映了藏族社会从原始社会向奴隶社会过渡发展的现实；描述了藏族人民在西藏雅隆河谷的繁衍和发展。在藏族民众的生活中，这些传说故事是他们认识世界、记录藏族发展历史、表达他们思想情感、赞颂真善美、鞭笞假恶丑，使生活丰富多彩的重要组成部分。而在统治者来说，无论是所讲的故事还是所讲的谜语，都是用来巩固其统治为目的。为此，赞普们还将一些传说故事及讲故事者、讲谜语者、苯教徒的形象绘制在寺庙的墙面、柱头、小梁上。如《王统世系明鉴》载“在所有柱头墙面上，无论是内部还是外部，古老的故事之传说被清楚地雕成浅浮雕画面了”；五世达赖喇嘛在其《西藏王臣记》里说：“在大昭寺中，赞普同样也令人绘制了许多画面，其内容取自说唱艺人和苯教徒们的传说”；《大昭寺志》也载有“在柱子所有柱头和寺庙四侧的所有画面中，都清楚地展示了说唱艺人的故事，以及‘人类的安慰语言’”；在《贤者喜宴》中，更明确地写道：“为了使未来几代人理解科学的宗教，赞普令人在墙面、柱头和小梁上绘制了说唱艺人、谜语者和苯教徒及天空行走的鹿等故事。”这一切，使民间传说故事与苯教教义融为了一体，形成了民族文化与宗教文化融为一体的藏族文化传统。

与民间故事同时存在的是藏族的民歌和舞蹈。流传在民间的民歌“古尔鲁”至七世纪时，已在藏族的统治者中流传，并为统治者广泛应用在他们的生活中。如当时藏民信奉的

山神有九大创世神，其父为沃代贡杰峰，其子为雅拉香波峰、念青唐拉峰、觉悟角沃峰、玛庆崩热峰、久吾五杰峰、修卡日峰、雪拉久布峰、宁金岗系峰。加之觉悟庆拉峰、觉悟会松峰、觉悟雅岗峰、觉悟拉在峰等四个较高的雪山、岩山，就构成了尊者十三"古尔鲁神"。称其为尊者十三，是为将西藏已形成的君民权势差异合法化，将统治者自己称作神龙转世，特意到人间来统治芸芸众生，自己就是人们应当颂扬的神。古尔鲁这种当时民间流传已久的民歌，则在苯教时期被统治者采用，成为记录重大历史事件的一种文体，甚至君王对话、宣讲教义的吟唱，都采用民歌古尔鲁的形式。据敦煌文献记载，在布代贡杰时期，已有古尔鲁流传。直贡赞普被害之后，其子唱的就是《阿瓦尼帮瓦尼》之古尔鲁；朗日松赞时期(610—629)，琼布崩色砍了藏王玛姆的头后，在君臣参加的庆功宴上唱的也是《盟嘎尼达其巴》之古尔鲁。在苏毗部落大臣韦·义策与娘·曾古归顺松赞干布祖父日聂司后的回归路上，娘·曾古的讲话也是用古尔鲁文体记录的。如娘·曾古唱："汤文大河之岸，雅鲁藏布对岸；有一人，人之子，实乃天神之嗣；唯天子方能驾驭，唯鞍鞯才能驮运。"当地百姓发现了他们后，唱："杰出坐骑骏马，白昼藏于猪林，夜晚潜行堡寨，敌人乎？友人乎？"

民歌"古尔鲁"是藏族民众喜闻乐见的口头诗歌，在六世纪前后已成为统治者在相互交流中经常使用的话语。民间舞蹈在发展过程中也渐渐由民间进入赞普们的生活。

伴随着藏族历史的发展，唐代以前构成藏族文化主体的，与苯教文化融为一体的民间传说故事、民歌，得到了迅速的发展，也为西藏曲艺艺术在唐代以后的形成与发展奠定了坚实的基础。

唐朝至宋金时期的西藏曲艺
（松赞干布时代至吐蕃崩溃和分裂割据时期）

公元七世纪初，藏族历史上的著名的民族英雄，朗日松赞之子松赞干布，崛起于雅隆河谷地区，先后兼并境内各部，统一了全境，建成了强大的奴隶制政权——吐蕃王朝。其间，他命人经西域赴天竺仿照天竺、于田诸国文字，创造了沿用至今的藏文；采用了十二生肖的纪年历法；将佛教引入吐蕃；迎娶尼泊尔赤尊公主、唐室文成公主入藏，她们二人入藏均奉释迦牟尼雕像一尊，及两地的佛教经典、工艺品等，并先后修建了大昭寺、小昭寺。这一方面是为睦邻修好，一方面也推动了佛教在西藏的发展。但在佛教引入西藏相当长的时间里，虽经西藏上层统治者大力推荐，但在下层仍缺少群众基础。有着坚实群众基础的苯教又不甘于丧失统治权力，苯教与佛教的斗争时缓时急，终于导致842年吐蕃统治的崩溃，西藏进入分裂割据的历史时期。这一历史时期，约从公元842年一直延续到1201年。《贤者喜宴》第七品称，当时"吐蕃本土历经彼此火并内讧，日趋支离破碎，于是境内各地每

每分割为二，诸如大政权与小政权，众多部与微弱部，金枝与玉叶，肉食者与谷食者，各自为政，不相统属”;《宋史》载:“唐末，瓜、沙之地复为所隔，然而国亦自衰弱，族种分散，大者数千家，小者百十家，无复统一亦。”其间，既有苯教与佛教的斗争，也有佛教各新教派的产生与各教派之间的争斗。在这过程中佛教渐渐将苯教教义中的部分内容融入佛教的教义，而渐渐深入人心，为其后藏传佛教的形成奠定了基础。佛教、苯教的斗争，佛教教义与苯教教义的融合，形成了西藏特殊的历史进程，以及独特的文化形态。

佛教的兴起，文字的创造，推动了西藏文化的发展。各种艺术形式也都得到了相应的发展，据桑耶寺志《巴协》记载，桑耶寺开光大典时，“国王命人从寺庙的外墙至佛塔之间摆满了酥油糕与其他食物，以供表演的人们食用。艺人争先献艺。在举行第二次开光庆典时，一个叫鄂伯纳的先人和他的助手表演了骆驼舞。他们骑在驼背上走进了广场跳上跳下地表演着;另外一些艺人则表演刀剑舞、神舞，真是令人眼花缭乱。国王命画匠将艺人的表演情节画在走廊上。在举行第三次开光庆典时，一个叫姜嘎俄的艺人献艺，他在额头上立了七根檀香木梁，然后在正殿前的广场上飞跑，一直跑到南面门口，才将梁扔在门槛上，真是令人惊叹不已。又有杂技艺人，表演爬树，他们在杨木、桦木的柱子上跑上跑下，如履平地。更有魔术师者，先用火燃烧自己，然后变出一只小老鼠，逗得众人捧腹大笑。国王命画匠也把他们的表演画在走廊里。”在桑吉嘉措医著《亚色》中记载，桑耶寺落成典礼时，臣民们进行“阿卓”、“鲁”、“鲜”等娱乐活动。“阿卓”是藏族古鼓舞，“鲁”指歌唱，“鲜”是一种与哑剧类似的舞蹈。这两段记载，说明当时的西藏已有了歌唱、杂技、舞蹈、魔术等各种表演，同时职业画匠的出现，也说明当时藏族绘画艺术也得到极大的发展。在这一基础上，西藏的民间神话故事、民歌在与宗教文化的共同发展过程中，渐渐哺育出了藏族的曲艺艺术。

苯教时期流传的故事，在这个时期已形成民间艺人说唱的仲谐，这里“仲”指故事，用西藏民间谐体民歌演唱的故事称“仲谐”，演唱的艺人称“仲巴”。他们除说唱苯教时期的《起尸炼金的故事》、《玛桑的故事》、《麻雀的故事》、《青稞种子的来历》、《猕猴变人》、《茶和盐的故事》、《桔子姑娘》、《青蛙骑手》、《小朗昂姑娘》、《国王的女婿》等故事外，还有据史实编唱的《藏王求婚》、《迎请文成公主》、《迎请金城公主》、《止贡赞普》、《松赞干布和卧塘》、《赤松德赞与苯教》、《剪除朗达玛》等等。另外还有许多故事，如《朗萨雯蚌》、《苏吉尼玛》、《白玛文巴》等后来成为喇嘛玛尼的主要曲目，进而又成为藏戏的剧目。仲谐的形成与发展也得益于佛教的兴起，许多佛经故事也应运而生，如《长寿王》、《十奢王》、《月光国王》、《鹿王》、《猕猴王》、《大象舍身救人》等等。《萨迦格言释文》中有五十一个故事，《甘丹格言释文》中有七十一个故事。仲巴(说唱故事的艺人)有职业的，也有工匠、牧民、巫师、喇嘛兼职的，演唱多是将仲巴请到家中，一讲就是几个夜晚。而在寺庙，据《青史》载，十一世纪，西藏已出现了讲说学院，培养出一大批善说者和善唱者，在拉萨、桑耶寺等地游走说唱的僧人，“善巧者”二万三千人，少一点的也有两千一百人。他们的身份是喇嘛，但他们实际又是说

唱艺人或称“游吟诗人”。在分裂割据时期，尤其是苯教与佛教斗争最烈的地方，有的佛教寺庙僧众已无法安身，云游各地讲唱故事就是他们邀布施的求生之道，仲谐在这过程中得到发展，同时也弘扬了佛法。

在这个时期，流传在西藏民间的另一种说唱艺术堆巴谐巴也逐渐成熟。堆巴谐巴藏语意为赞颂祝词，与藏民族的生活有着密切的联系，仅婚礼时说讲的堆巴谐巴就有新郎赞、新娘赞、阿爸赞、阿妈赞、长辈赞、伴娘赞、媒人赞、房子赞、房门赞、房柱赞、房顶赞、台阶赞、美酒赞、香茶赞、客人赞等等。然而这仅是生活习俗中的一种堆巴谐巴，它的内容尚包括有对风土人情、对衣食住行、对英雄、对山林江河等的赞美，如赞雪山、赞高原、赞草原、赞牧场、赞天神、赞膳食、赞泉水、赞故乡、赞父母、赞亲人、赞帐篷、赞牛羊、赞战马、赞弓箭。这种民间流行的说唱艺术至藏王赤松德赞时期(815--857)已传入宫廷，据桑耶寺志《巴协》记载，在桑耶寺落成大典上，国王的祝颂词就是用堆巴谐巴文体记录的，如:“我的三样桑耶神殿，用各种宝贝来装扮，决非为人工巧雕凿，天赐之作谁不惊叹！……我这座雪白的佛塔，就如白海螺绕右旋；我这座赤红的佛塔，好似那熊熊的火焰；我这座湛蓝的佛塔，好像玉石的擎天柱；我这座乌黑的佛塔，则如那铁橛插地里。全寺如仙景降人间，宏伟辉煌个个夸赞，看一眼令人乐开怀，想一想一生得平安。”在国王赞美完了之后，是王子牟尼赞普、牟笛赞普以及众王妃、众大臣的赞颂。这是对物的佛塔的祝颂。在《莲花生与喀钦措杰》的传说里，有对人的赞颂，如释迦特瓦拜见王妃，被王妃喀钦措杰的美貌惊呆时唱道:“喀钦措杰真漂亮，好像一朵青莲花；眼似胡麻花结子，又大又圆水汪汪；前额似一新月挂，双眉细长如弯弓；鼻子似那珠宝串，两颊白里透红光；牙齿雪白如海螺，嘴唇红，似樱桃；双乳高耸如宝瓶，细腰扭动如响铃；臀部丰满似草山，双手纤纤似翅膀；小腿浑圆又光

世事无常，超脱轮回等佛教教义。他唱着古尔鲁在雪域各地传教，在山洞中修行。对神明的坚定信仰决定了他把幸福寄托于来世，因他在讲唱经文时常常会引人发笑，故名“笑金刚”。他把宗教古尔鲁推向了高峰，古尔鲁的说唱也因其提倡而得到了迅速发展。并在这过程中将他的教派发展成为拥有四大系、八小系的规模。当时，出现了一批著述和说唱古尔鲁的高僧大德，如马尔巴（1012—1097）、纳若巴（1016—1100）、达波拉杰（1079—1153）、米拉日巴、日穷巴（1084—1161）等。

其间，伴随着部族之间的战争，教派之间的战争，至吐蕃王朝时期，已以拉萨为中心，建起内翼、中翼、外翼三部分军事组织，并实行了“向来分派，有战事则调集队伍”的分派制度。每当军队出征、凯旋时，均需进行祭天祀神的宗教活动，这过程中孕育了一种说唱的形式“百”。

此后，在西藏一百多年分裂割据的背景下，人心思定，希望出现一位救世的英雄带他们脱离苦海。人们将所知道的所有英雄的事迹归结到一位英雄身上，这就是格萨尔王。它主要是在民间流传，没有文字记载，后来人们从内容、结构考察，认为当时已有了片断的书目，如《天岭卜筮》、《英雄诞生》、《赛马称王》、《北地降魔》、《霍岭大战》、《安定三界》，这些内容一方面与当时纷乱的战争息息相关，同时也奠定了《格萨尔王传》故事的骨架。十一世纪前后，已有手抄本流传，手抄本的抄写者、收藏者以及演唱者主要是当时兴起的宁玛派僧侣，其中一部分人就是所谓的“掘藏大师”。这些故事的流传，为后来藏族人民引以骄傲的，结构空前庞大的《格萨尔王传》故事的形成，为演唱这个动人故事而产生的曲艺形式——“岭仲”的出现，奠定了基础。

元明时期的西藏曲艺
（萨迦至帕主地方政权时期）

公元十三世纪初，在西藏各佛教教派的角逐中，于十二世纪兴起的萨迦教派获胜，并博得了元帝室的敬信和支持，建立了萨迦地方政权。十四世纪中叶，萨迦势力衰落，帕莫主巴噶举派的朗氏家族发展成最大的地方势力，其领袖降曲坚赞最后战胜萨迦建立帕主地方政权，其政权一直延续到十六世纪中叶。

萨迦班智达·贡噶坚赞（1182—1251），曾随印度住持释迦师学习经轮五明，南宋嘉定九年（第四绕迥火鼠年，1216）继其伯父主持萨迦寺。他的两个侄子之一的八思巴被忽必烈封为“帝师”，并将吐蕃三区（乌斯、藏、喀木）分封给八思巴；另一侄子洽那则担负起典司藏族地区事务的责任。萨迦家族与蒙古上层的良好关系，巩固了萨迦政权在西藏的权力，同时也进一步巩固了佛教在西藏的地位。至十四世纪中叶，帕主地方政权建立后，西藏的经

济、文化都有了较大的发展，如制定了有名的“十大法典”；筑路、修桥、设立驿站，发展了西藏的交通；植树造林、饲养牲畜、发展手工业，繁荣了经济；当时的商贸交易也达到了前所未有的规模，包括内地的产品已有茶、马匹、绸缎、布匹、瓷器等与藏族畜产品、土特产的交换。在文化方面，汉族的雕版印刷技术传入西藏，著述历史蔚然成风，当时文史并茂的名著有《红史》、《西藏王统记》、《青史》、《马尔巴传》、《米拉日巴传》、《贤者喜宴》等。藏医重要著作《医方四续》，两大部大藏经《甘珠尔》、《丹珠尔》以及大小五明丛书相继刻印颁行。

元明时期西藏的文化有了相当大的发展。其一是萨迦班智达·贡噶坚赞所著《乐论》的出现。他对音乐颇有研究，在他的《乐论》中，提出歌唱不仅要“声情并茂”，而且要做到“声形结合”，即要以眼神、手势、身姿、步态配合歌唱，创造出一种美与情相一致的视觉形象。他还将声乐分为四种表现形式：1、“扬升”，像如意神树平直上升；2、“转折”，似开花的紫藤扬起后又下旋；3、“变化”犹如水中月影在不时颤动；4、“盘旋”，似河水流淌一般低而平缓。他在《乐论》中还总结西藏不同地区在演唱上的不同特点，“前藏人声音洪亮而婉转，后藏人如马嘶鸣而豁亮，阿里人声音尖锐而短促，康巴人声音威武而粗犷”。其二是诗、乐、舞三位一体的表演形式得到长足发展。如萨迦地方政权时期，地方长官出任典礼上，由民间艺人演出的“巴贡”，是镇邪的舞蹈；由地方官员演唱的表现松赞干布迎娶文成公主情节的“斯贝”（即献艺的意思），以唱为主，兼有舞蹈、念诵、鼓钹伴奏，唱的是萨迦民歌；还有专用来抗灾的歌舞“达吉”，每遇天灾时表演。而民间的歌舞艺术则有了更大发展，山歌、牧歌、圈舞歌、巴塘弦子歌、箭歌、酒歌等等，凡生活中的大小所有事务，都有相应的歌。这一切都推动了这一时期藏族曲艺的继续发展。

其时，古尔鲁继续得到传播，在米拉日巴去世三百年后，其影响仍然存在。桑杰坚参（1452—1507）自幼崇拜米拉日巴，并以其为楷模潜心苦修，不辞千辛万苦，跋山涉水，伸张噶举派势力，与此同时，也搜集、整理了一部完整的《尊者米拉日巴古尔鲁》说唱集，全书共六十一章，长短古尔鲁三百八十四首，其中有六十二首是米拉日巴的门人、信徒、施主或前来祸害的“神鬼”所说唱的歌。文体散韵相间，声情并茂。十六世纪有《至尊多罗那他教言道情歌集》问世，许多后人用汉语翻译藏文典籍时，用“道情”一词与“古尔鲁”相对应。

在这个时期以唱格萨尔王英雄事迹为主要内容的演唱形式——“岭仲”，已形成为一种独立的曲艺形式。“岭”指岭国，即山岭之国的西藏，“岭仲”，即指岭国的故事。它的独特之处在于这种曲艺形式演唱的曲目只有一个，即《格萨尔王传》，而这一个故事又包容了几乎整个传说中的西藏古代历史。演唱岭仲的艺人被称为“仲肯”，即说唱格萨尔故事者。内容在《天岭卜筮》、《英雄诞生》、《赛马称王》、《北地降魔》、《霍岭大战》、《安定三界》基础上已有极大发展。源于十一世纪的这些尚为片段的英雄故事，至十三世纪至十四世纪时，已初具规模，串连成套，当时的藏文典籍中已有关于格萨尔的记载，虽然语焉不详，但说明当时已为史家、文人所注意。格萨尔是藏族人民心目中的英雄，是藏族无数民间艺人，历经数

代创造出的一个艺术典型。他身上所具有的神、佛、人三位一体的特征，也体现了藏传佛教对民间文学的重大影响。从格萨尔王出生到称王再到统一全藏的整个过程，无处不在的是他的神力，故事充分地描写了他一生作为人所具有的悲欢离合，这也是岭仲受到人们喜爱的关键。仲肯们有的会说唱几部、十几部，也有会说唱几十部故事的。他们或在农庄牧场，或被请进贵族的高宅大院说唱；更多时是与朝圣的人流同行，朝圣的人们行路疲乏休息时，仲肯便为他们说唱；而喜庆嫁接、迎庆婚娶更是他们显露才华的机会。其中有职业仲肯，他们以说唱《格萨尔王传》谋生，也有业余爱好岭仲的人，他们也是岭仲的传播者。遗憾的是这一时期的岭仲艺人均未留下姓名，但是他们却留下了一部结构庞大的传世之作。当时的岭仲，仍是在民间广为流传，但已受到佛教高僧的注意，内容逐渐增强的佛教教义的宣讲，应是萨迦、帕主地方政权时期佛教逐渐在西藏确立了统治地位的结果，这也是许多学者认定岭仲形成于十三至十四世纪的主要理由。

十四世纪末至十五世纪初，喇嘛玛尼在西藏流行起来。喇嘛玛尼的源头，最早始于松赞干布时期佛教传入后的一种经文讲唱活动，萨迦至帕主地方政权时期，佛教在西藏再次兴起之后，寺庙中的经文讲唱活动有了进一步的发展。说唱喇嘛玛尼的艺人一般被称为“喇嘛玛尼娃”、“嘛尼巴”或“洛钦巴”。洛钦巴意为善说者；嘛尼巴则指接受莲花生咒语的出家人，是获得了莲花生“唵嘛呢叭咪吽”六字箴言的意中者。相传，莲花生在修持时，曾有五名荼迦女要他在所有的集市安排这种嘛尼，使所有见到、听到的人都能受到降福，但当时这一愿望未能实现。南宋宝佑三年(第四绕迥木兔年，1255)赴蒙古游历的噶玛巴西就是一名嘛尼巴，是他实现了莲花生未能实现的愿望，从此有许多嘛尼巴走上街头传唱这种嘛尼。当时还有一位高僧古如却旺(1212—1273)，撰写了多种嘛尼的说唱本，更推动了嘛尼巴的活动。而古如却旺本人的事迹，后来也成了喇嘛玛尼唱本之一。这是宗教活动对喇嘛玛尼的影响。宗教对喇嘛玛尼的影响还包括了对其表演形式的影响。早在八世纪末的松赞干布时期，文素、良琇两位汉地高僧将汉地佛教的俗讲带入西藏，这种指着绘有佛本生故事的图画演唱佛本生故事的形式，渐渐在西藏流传开来，并成为讲说佛经的形式之一，这种讲经形式为喇嘛玛尼演唱所继承。一般认为喇嘛玛尼的形成与宗教仪式中哑剧性的跳神舞蹈——“羌姆”也有关。相传羌姆是莲花生为调伏恶鬼所行轨仪，在苯教巫师苯波祭祀自然神的仪式基础上，吸收藏族民间土风舞演变而来的宗教仪式舞蹈。羌姆的特点是注重姿态和造型，讲究场面铺排，多由喇嘛表演，也杂有女巫击鼓，反映百艺杂技方面的民间舞，但也有很强的叙事性。后传入民间，成为僧人、俗人都喜爱的具有一定娱乐性的舞蹈。而从羌姆到喇嘛玛尼的过渡，则是由噶举派高僧唐东杰布完成的。

唐东杰布(1385—1464)是后藏地区民间的传奇人物，他是曲艺的喇嘛玛尼和戏曲的藏戏的创造者。他将宗教的讲唱佛本生故事、宗教的羌姆，从寺庙引入民间，在他立志为雪域高原各条江河建造铁索桥的过程中，以喇嘛玛尼的表演募集资金。当时的表演形式为一

位喇嘛或尼姑，挂起用布帛或丝绢制成的绘有佛本生传记连环图像的卷轴画，即“喇嘛玛尼唐卡”，手持木棍，指点一个个画面，以一些固定的诵经调子演唱故事。在每段的开始、中间、结尾，不时插有“唵嘛呢叭咪吽”六字箴言的诵唱。其演唱的曲目总数有二十本，取材历史传说的有《文成公主和尼泊尔公主》、《尊者米拉日巴》；反映爱情故事的有《诺桑法王》；神话传说故事的有《苏吉尼玛》、《索巴旺久王子》；儿童题材故事的有《白玛文巴》；取材于社会生活的有《朗萨姑娘》；反映人情事态的有《卓娃桑姆》、《顿月顿珠》；宗教故事的有《嘎玛旺增还魂记》、《古如却旺王子》、《赤美贡登》、《青颈鸟的故事》。喇嘛玛尼的兴起，推动了藏戏的发展，号称“八大藏戏”的文学脚本，即为喇嘛玛尼的说唱本，如《诺桑法王》、《苏吉尼玛》、《白玛文巴》、《朗萨姑娘》、《卓娃桑姆》、《顿月顿珠》、《赤美贡登》、《甲萨白萨》等。

其间，一种可以追溯到苯教时期祭祀们吟唱的赞颂祝词“夏”，也在长期发展过程中成为一种独立的演唱形式。“夏”，在藏语中意为对唱歌谣或对答吟诵互开玩笑的说词。它的表演十分灵活，可在藏族歌舞谐钦的开始处表演，亦可在藏戏演出的中间和结尾处表演，更多的是在婚礼上、搬新房时、新年聚会、望果节等节日时表演。唱词多在几百句间，旋律性不强，多为吟诵。演唱开始时，音调低声音小，到高潮时声音才放开。一般分男、女两组，单人或众人对唱，具有浓郁的藏族生活气息。

另外，被藏族人民视为吉祥象征的曲种折嘎此时也业已成熟。“折嘎”藏语意为“白米”、“洁白的果实”。唱词内容多为“吉祥的祝愿”。源头可追溯到苯教时期，佛教的传入以及与苯教的融合形成了藏传佛教以后，举凡藏传佛教的盛大节日或藏历新年期间，都有为主人祈求神佛保佑，驱除魔邪，祝颂吉祥，招祷浮云，获得善果的折嘎表演。折嘎艺人一般都是手持五彩棍，肩披假面具，怀揣大木碗，在全藏流浪行艺。他们自称是吉祥的化身，口齿伶俐，语言优美，见什么就唱什么，想什么就唱什么，凡生活、劳动、爱情以及人生的悲欢离合、美好理想无不加以歌唱，反映出了藏民族发自心底的对生活的乐观主义精神。

堆巴谐巴在这一时期又有所发展，不仅是对生活、自然的赞美，更增加了对活佛、高僧、长辈，对人间事理、人文景观、天文地理等的赞颂。而祝长寿年丰、乔迁之喜、六畜平安更为普遍。

仲谐在这一时期伴随着西藏历史的发展，书目又有了较大的丰富，如《莲花生的故事》、《宗喀巴的故事》、《八思巴的故事》、《茶和瓷碗传入西藏的故事》、《修建桑耶寺的故事》、《唐东杰布传》、《萨迦班智达传》等等。

明末、清朝至中华民国时期的西藏曲艺
（噶丹颇章地方政权时期）

十四世纪中叶，在西藏众多教派中兴起了一个新教派——格鲁教派，“格鲁”意为“善规”，特点是提倡僧人必须严守戒律，不干预世俗事务，不得娶妻和从事生产活动；恢复寺院，广招僧徒；每年定期举行传召法会，在会上讲经传法，主张僧人必修五部经轮，创立了传召及辩经考试制度。创始者为宗喀巴(1357—1419)，他在拉萨建了甘丹寺并任该寺的住持。宗喀巴去世后，由诺布桑波继任格鲁派领袖。明嘉靖二十五年(第九绕迥火马年，1546)，年仅三岁的索南嘉措(1543—1588)被举为领袖，从此开始了格鲁教派的达赖活佛转世制，索南嘉措被认定为三世达赖。四世达赖云丹嘉措是万历十七年(第十绕迥土牛年，1589)转世，卒于万历四十四年(第十绕迥火龙年，1616)，万历四十五年(第十绕迥火蛇年，1617)五世达赖阿旺洛桑嘉措转世。

十七世纪中叶，明崇祯十五年(第十一绕迥火马年，1642)，五世达赖阿旺洛桑嘉措被奉为全藏的宗教领袖，移居哲蚌寺，建立起噶丹颇章地方政权，开始了对西藏长达三百余年的统治。他于清顺治九年(第十一绕迥水龙年，1652)曾率三千人到北京晋见顺治皇帝，历史上第一次以金册、金印被中央政府封为“达赖喇嘛”，他的师父洛桑却吉坚赞，被蒙古固始汗赠予“班禅博克多”称号，意为睿智英武的大班智达。洛桑却吉坚赞死后，五世达赖为其寻找转世灵童，经清朝政府正式册封为“班禅额尔德尼”，于是格鲁派便正式建立起两大活佛转世系统。

五世达赖阿旺洛桑嘉措对各教派采取一视同仁的政策，加强和完善了政教合一制度，与清朝廷相处极好，康熙皇帝曾说“与朕从来意谊如一，交好六十余年”。(见《平定朔漠方略》)这一切为西藏的文化和文学艺术的发展打下了一个良好的基础。此时涌现了一些著名的作家与作品。如五世达赖的《西藏王臣记》，才仁旺阶的《颇罗鼐传》，都以其瑰丽华饰的文采，翔实有序的史料，在史传文学领域占有重要地位。

五世达赖以后，伴随着西藏经济的发展，商业往来的增加，岭仲在这个时期更加深入人心。但因它始终流传于民间，无人对其规范，每个仲肯都有一部属于自己的书，为此《格萨尔王传》到底有多长，尚属不解之谜。有的号称十八大宗、二十八中宗；有的号称十八大宗、七中宗、四小宗。有的地方称“部”，一部完整的《格萨尔王传》有的说是七部，有的说是十二部，更有十八部、二十五部、三十一部、七十四部乃至一百二十部等说法。仲肯们演唱书目的选择，常常视邀请人家的需要而定。如是大户人家生了男孩，就会请他们演唱《英雄诞生》；如是当地正在举行赛马会，就会请他们演唱《赛马称王》；到了藏北草原，尤其是秋收季节，就会请他们演唱庆丰收的《热尺山羊宗》、《宗巴犏牛宗》；商人要出门做生意，就请

他们演唱《大食才宗》、《紫骡子宗》、《金萨货宗》；当地在缺盐少茶的时候，会请他们演唱《汉地茶宗》、《擦百盐宗》；贵族要自己的奴隶安分守己，请来仲肯演唱《大白佛法宗》、《印度佛法宗》，要奴隶们经常念经拜佛不可反抗。仲肯们绝大多数以流浪行艺谋生，他们走遍了西藏著名的圣山、神湖，将西藏高原壮丽的景色融入了他们的演唱，他们也将游历中所见到的人世间的不平，化入所讲的故事中，他们从内心崇拜佛教的教义，深信今生修得善果，来世必得善报，而格萨尔王的所有言行就是人们应当遵从的楷模。

十八世纪以后，岭仲曲目《格萨尔王传》受到世人的重视，从文学的角度被称作民间文学的"英雄史诗"，研究者纷至沓来。清康熙五十五年（第十二绕迥火猴年，1716），在北京有蒙文七章本《格萨尔王传》出版，乾隆四十一年（第十三绕迥火猴年，1776），俄国帕拉莱斯出版了俄文本《格萨尔的故事》，道光十九年（第十四绕迥土猪年，1839）俄国思英迪特在彼得堡印行了蒙文本《格萨尔王传》，并译成德文出版。其后又有几位外国人在青海、西藏收集《格萨尔王传》抄本，进行研究，并翻译成多种文字出版，藏族文化由此受到了世界的注视。我国国内的学者从二十世纪三十年代起有任乃强等的《藏三国初步介绍》、《关于藏三国》等研究《格萨尔王传》的著作问世。这一现象从另一个方面证明，《格萨尔王传》早有手抄本，且不仅在西藏，而且在青海藏区，在蒙古族中均有流传，它不仅是藏民族的文化瑰宝，也与蒙古民族的文化有着密切的联系，这说明岭仲艺术的感人魅力。民国时期，开始有岭仲艺人的记载，最著名的是扎巴（1906—），原籍边巴县。小时家境富裕，后破产，流浪到工布地区，以说唱岭仲为生，后又到拉萨为朗杰扎仓、功德林演唱，也曾去过山南、日喀则等地。他自报会演唱《格萨尔王传》中的四十三部。年龄较扎巴小一些的还有卡泽扎巴·阿旺江措（1913—），原籍类乌齐县。自幼随父在类乌齐寺学经，十三岁开始陆续写出《格萨尔王传》中的八部，自称能写出三十二部。与他们年龄相仿的还有阿达尔（1907—），那曲县人，会唱《格萨尔王传》中的四十四部；曲巴（1904—），普兰县人，会唱《格萨尔王传》中的四部。

十七至十八世纪，继《尊者米拉日巴古尔鲁》、《至尊多罗那他教言道情歌集》之后，又出现了一批古尔鲁著作。如《吉美旺布论教言古尔》，丹白尊美著《报答父母之恩，为死者吟诵嘛尼之古尔央》、《修心古尔念梵天之声》，格桑嘉措著《松古尔教诲》，热强姆加布贡等著《教言道情歌集》等。

十七世纪中叶，喇嘛玛尼艺人中出现了一位著名的嘛尼巴洛桑尼玛，他曾由众多讲俗信徒簇拥，于康熙八年（第十一绕迥土鸡年，1669）的藏历新年期间向班禅献灯。此后数年，每当藏历新年都有嘛尼巴向班禅敬献"安排长寿的保证物"，即敬献带有愿文的贡品和吉祥的歌。这也从另一个侧面说明了喇嘛玛尼艺人当时的社会地位。其时也出现了文人对喇嘛玛尼曲目的加工创作。如生活在十七至十八世纪的后藏俗官定钦·次仁旺堆创作加工的《诺桑法王》，以天上的神与地上的人相恋的故事为主线，穿插了正义与非正义的两场

战争，在政教合一的社会背景下，它写出了人与神都能够挣脱封建枷锁终成眷属的结局；五世班禅洛桑益西创作加工了《顿月顿珠》；而《卓娃桑姆》相传是门喇嘛梅若洛珠嘉措加工创作的。这些加工创作的作品都已具有了较之过去非常大的变化，打上了这一历史时期的烙印。

噶丹颇章地方政权建立后，完善了政教合一的地方统治，清乾隆十七年（第十二绕迥土鸡年，1729），正式建立起西藏地方的正规军队。早在松赞干布时期就已形成的“百”的出征祭祀仪式在这以后又有所发展。尤其是当部族的征战渐消，“百”却以民俗节日自娱的说唱形式世代传留下来。

随着汉藏关系的融合，从十九世纪中叶起已有北京的商人在拉萨开商号，至二十世纪三十年代，仅拉萨的八廓街就有六七家，同时还有青海、云南、四川的商人在拉萨经商，其中以四川商人最多。清末赵尔丰、钟颖带来的士兵留居下来的，大多在拉萨市的河坝林、鲁布一带种菜、做豆腐、理发、磨面粉、以及开茶馆、饭馆等。在拉萨、定日宗和大昭等地还建起“格萨尔拉康”，其实是汉族的关帝庙。其间，也有汉族艺人在商业比较繁荣的地方以说“甲仲”，即汉族故事为生。甲仲的书目包括《三国演义》、《水浒传》、《西游记》、《聊斋志异》、《包公断案》、《薛仁贵征东》等，其中《西游记》有被译成藏文的三十四回抄本在西藏流传，名为《唐僧喇嘛的故事》。

中华人民共和国成立后的西藏曲艺

1950 年（第十六绕迥铁虎年），中国人民解放军进军西藏，1951 年（第十六绕迥铁兔年），西藏获得和平解放。从此，西藏历经翻天覆地的变化，西藏的曲艺艺术也有了很大发展。

中国人民解放军进军西藏时，部队所属文工团密切配合战斗行动，以歌曲、舞蹈、快板、快书、河南坠子等艺术形式进行鼓动宣传，这不但鼓舞了军队指战员的士气，而且也受到沿途西藏僧俗百姓的热烈欢迎。当时进藏部队肩负着“一面进军，一面修路”双重使命，在这艰苦的时刻，随军文艺工作者身居战斗一线，在与战斗英雄、筑路英雄并肩战斗的过程中，创作了不少文艺节目，内地的曲艺艺术品种如快板、快书、顺口溜、谐剧、相声等也播撒到古老的西藏高原上。西藏和平解放后，在中国共产党西藏工作委员会、西藏自治区筹备委员会的扶持下，各种文化设施及专门从事文化工作的艺术团体渐渐发展起来。而西藏的曲艺艺术，无论是岭仲、仲谐、喇嘛玛尼还是折嘎等，一方面仍沿着过去的状态生存着，一方面随着社会的变革也逐渐得到发展。

1959 年（第十六绕迥土猪年），随着平叛的胜利和民主改革的开始，西藏的百万农奴

迎来了新生。在拉萨市，为庆祝这一历史时刻的到来，各区纷纷成立了业余文艺宣传队，宣传队员们以各种艺术形式宣传党的政策，宣传自己的新生。当时成立的有东城区宣传队、西城区宣传队、北城区宣传队，这些业余宣传队不仅排练歌舞、音乐节目，也利用传统曲艺形式排演了新编的曲目，其中曲艺形式主要为折嘎、快板等。1960年（第十六绕迥铁鼠年）和1964年（第十六绕迥木龙年）在拉萨举办的两届群众业余调演中，有折嘎新编曲目《桑白顿珠》，扎年弹唱《次仁穷穷开会回来了》，藏语相声《醉酒》、《遵守交通规则好》、《人民公社喜事多》。这些曲艺节目大都获得了各种奖项，其中藏语相声还荣获创作和表演一等奖。而藏语相声、扎年弹唱正是在西藏民主改革的时代背景下诞生的新的藏族曲艺品种。

在东城区宣传队业余文艺爱好者中，有一位曾于1956年至1958年（第十六绕迥火猴年至土狗年）在中央民族学院藏语文系任教的洛桑多吉，他在北京任教其间，非常喜爱侯宝林的相声《醉酒》。回西藏后，他在充分发挥藏语语言内涵丰富的特点，继承藏族"谐楷巴"（即逗笑者）表演的基础上，吸收借鉴汉族相声艺术的表演形式，将侯宝林表演的相声《醉酒》改编为藏语相声，获得成功。后又创作了《遵守交通规则好》、《人民公社喜事多》等相声作品。洛桑多吉因此受到了侯宝林的称赞，藏语相声这一藏族的新曲艺品种也就诞生了。

"扎年弹唱"的定名源于演唱使用的乐器扎年琴，是单身艺人卖艺为生的伴奏乐器。扎年琴有六根琴弦，故又称"六弦琴"。扎年琴最初流行于阿里、后藏、前藏、山南、林芝等地，八世纪建造的桑耶寺壁画上，有仙女弹奏扎年琴的画像，后来在堆谐歌舞中，扎年琴成为主要伴奏乐器。二十世纪初，扎年琴传入拉萨、江孜，产生了弹奏着扎年琴跳的踢踏舞。1964年（第十六绕迥木龙年）的扎年弹唱采用了当地旋律明快、节奏感强烈的"堆谐"民歌曲调，由一人或多人弹唱，边唱边舞，表演形式以清新活泼著称。这种独特表演形式的形成，也反映了民主改革后西藏人民进入新时代的喜悦。

其时，岭仲、喇嘛玛尼等曲种的艺人也十分活跃，广大藏族群众在中国共产党的民族政策、宗教政策的阳光下充分享受着自己的权利。

1966年至1976年（第十六绕迥火马年至火龙年）的"文化大革命"，使刚刚兴起的西藏曲艺陷入灾难。许多民间曲艺艺人被当作"牛鬼蛇神"送去劳改，甚至活活逼死。许多辛勤积累下来的珍贵曲艺资料被焚毁。如卡泽扎巴·阿旺江措老人从十三岁起写有八部《格萨尔王传》书稿，"文化大革命"开始后被全部烧毁。他不甘心，又写了八部，1974年（第十六绕迥木虎年）被发觉后又烧毁了其中的四部。芒康县的才杰（1922—）从民国三十六年（第十六绕迥火猪年，1947）开始演唱岭仲，其演唱特点是只要将"故事帽"（藏语称"仲夏"）带在头上，他就能滔滔不绝地说起来，为此他对自己的"故事帽"十分珍视。但在"文化大革命"中，故事帽被烧掉，"文化大革命"结束后，他只能手中拿一张纸来演唱，昔日的风采大为减色。民主改革中，许多流浪艺人过上了稳定的生活，而在"文化大革命"中，又一次沦为

街头乞丐。

“文化大革命”结束后，面对藏族人民的再次解放，作家索朗次仁创作了藏语相声《治穷致富》、折嘎《说不完的喜事》，以尖锐的笔锋鞭笞了“四人帮”在西藏执行的极左路线，以及带给藏族人民的灾难。鼓励人们打碎自身枷锁坚决走治穷致富的道路，受到藏民的热烈欢迎。

1981年(第十六绕迥铁鸡年)10月，在拉萨举办了全区首届曲艺调演。这是西藏有史以来举办的第一次曲艺调演，拉萨市歌舞团曲艺队、山南文工团、江孜县等单位参加了这次调演。在这次调演中索朗次仁创作的藏语相声《治穷致富》、折嘎《说不完的喜事》，土登创作的扎年弹唱《门岭之战》，索朗次仁创作改编的喇嘛玛尼《候鸟的故事》，获创作一等奖；山南地区文工团仁青的藏语相声《尼玛老师回来了》，江孜县宣传队赤来创作的四人折嘎《到山南参观》，获创作二等奖；克珠的折嘎《物交会的喜悦》，获创作三等奖。土登因表演藏语相声《治穷致富》获特别演员奖；与土登一起表演藏语相声《治穷致富》的演员米玛和折嘎《说不完的喜事》的演员拉巴次仁获表演一等奖；四人折嘎《到山南参观》的表演者边洛、巴珠、大旺堆、普琼获表演二等奖。这次曲艺调演展示了西藏曲艺在深厚传统基础上的巨大发展，其后拉萨市歌舞团曲艺队在拉萨市郊达孜县、堆龙德庆县演出两个月，近百场。1982年(第十六绕迥水狗年)初，为准备参加文化部主办的全国曲艺优秀节目(南方片)观摩演出，由西藏自治区群众艺术馆次仁卓嘎、索朗旺堆带领，主要为拉萨市歌舞团曲艺队成员土登、米玛、龙日、普布次仁、阿旺洛珠、拉巴次仁、白登达娃、多吉卓嘎组成的曲艺演出队，又来到山南地区的泽当、桑日县、穷吉县、乃东县以及日喀则地区的萨迦县等地演出两个月。新型的藏族曲艺艺术，受到广大藏族农牧民的极其热烈的欢迎。

1982年3月，这个曲艺演出队代表西藏自治区，到江苏省苏州市参加了文化部主办的全国曲艺优秀节目(南方片)观摩演出，带到苏州参赛的节目有：双人折嘎《贺喜》，故事《尼曲桑布》，藏语相声《歌舞的海洋》，扎年弹唱《门岭之战》。会演期间，西藏自治区代表队的全体成员与来自南方十四个省、市、自治区和解放军代表队的数百名各族专业曲艺工作者一道，在十二天时间里，欣赏了近五十个曲艺品种，十二场晚会，七十七个优秀曲艺节目的表演。同时，观看了久负盛名的曲艺老艺术家的表演，听取了著名文艺评论家的学术报告，参加了曲艺改革方面的经验交流座谈会，这使西藏自治区代表队的全体成员大开眼界。对西藏自治区代表队演出的曲艺节目，大会评论组在简报第五、七、九期先后评价说：“全体同志一致认为西藏自治区代表队演出的节目，为大会增添了新的光彩，并对他们演出的成功表示热烈的祝贺。”认为“双人折嘎《贺喜》反映了西藏人民的新生活，歌颂了党的民族政策，演员热情饱满，质朴认真，又弹又唱，连说带舞，令人耳目一新。两个演员同时说唱，如出一人之口，的确经过精心排练，下了很大功夫。就译文看，原作既有民族特点又有文采。民间故事表演《尼曲桑布》暴露了残暴愚蠢的国王，赞美和同情劳动百姓、敢于并且

机智地嘲弄了恶人尼曲桑布。有独特的民族风格，演员表演自然，神态逼真。藏语相声《歌舞的海洋》反映了藏族人民的生活面貌，批评了不熟悉、不热爱自己民族艺术、盲目崇洋媚外的不良倾向，好似一幅诙谐动人的风景画，这个节目不仅有自己的民族特色，而且吸收了汉族相声艺术的手法和技巧，是个成功的创作。扎年弹唱《门岭之战》（片断）描写了古代战争场面，气势宏大，令人振奋。”在这次观摩演出中，西藏代表队四个参赛节目全部获奖，索朗次仁的藏语相声《歌舞的海洋》、双人折嘎《贺喜》获创作、演出一等奖，土登的扎年弹唱《门岭之战》获改编、演出一等奖，米玛的故事《尼曲桑布》获改编、演出二等奖；曲艺代表队全体演员土登、米玛、龙日、阿旺洛珠、拉巴次仁、白登达瓦、普布次仁、多吉卓嘎均获表演一等奖。在十四个代表队中，西藏代表队获奖名次仅次于上海代表队，名列第二位。这一方面反映了参赛曲目在创作与表演上的成熟，另一方面也体现了文化部对西藏曲艺发展的重视。

其后，西藏的曲艺创作、表演进入繁荣的新时期。1983 年（第十六绕迥水猪年），拉萨市歌舞团参加全国少数民族“乌兰牧骑”文艺调演，扎年弹唱《爷爷和孙孙》、《好时光》等五个节目获奖；洛桑多吉创作的相声《醉酒》获中国文联评选的文学作品一等奖。1984 年，山南地区文工团创作演出了折嘎《今日西藏》、《远方的贵客吉祥如意》，藏语相声《第一课》、《门》，快板《责任制的好处说不完》；拉萨市歌舞团曲艺队演出了索朗次仁创作的藏语相声《古城新貌》，贡桑坚村创作的藏语相声《计划生育》、《卫生与健康》；日喀则地区文工团演出了金巴洛珠创作的相声《文学的宝库》等。

1985 年（第十六绕迥木牛年）9 月至 10 月在拉萨举行了西藏自治区第五届专业文艺汇演，参加汇演的有拉萨歌舞团曲艺队、日喀则地区文工团、阿里地区文工团、山南地区文工团、那曲地区文工团等专业艺术表演团体。汇演在拉萨引起了轰动，人们争相观看，其中的许多曲目获得了创作及表演奖。其中，拉萨市歌舞团曲艺队土登、米玛演出的，由索朗次仁创作的藏语相声《四不像》荣获创作、表演一等奖；扎年弹唱《扎年扎西杰布》获创作二等奖、表演一等奖。日喀则地区文工团金巴洛珠创作，石达与顿珠合说的藏语相声《文学的宝库》获创作、表演二等奖；女声扎年弹唱获创作、表演三等奖。阿里地区文工团的扎年琴弹唱获创作二等奖、表演一等奖。山南地区文工团克珠创作的藏语相声《藏族民间谚语》，获创作三等奖。拉萨市歌舞团曲艺队的演员土登、米玛，那曲地区文工团的仁青卓玛，阿里地区文工团的德吉次白因演技高超，对藏族曲艺发展做出重大贡献而荣获优秀演员奖。一批优秀的曲艺创作人才、表演人才在这过程中涌现出来，成为西藏曲艺发展的中坚力量。

在这一历史阶段中，西藏曲艺最重大事件是关于岭仲曲目《格萨尔王传》的整理和研究。国内对《格萨尔王传》的研究，始于久居青海的藏史学者松巴堪布·益西班觉尔（1704—1788）；后有康区宁玛教派大师米旁·朗杰嘉措活佛（1816—1942）；二十世纪三十年代，有四川民族学研究学者任乃强等人；二十世纪五十年代青海省民间文学研究会为向

国庆十周年献礼，在青海、四川、西藏的藏区对《格萨尔王传》抄本、文物进行了搜集整理，此工作一直延续到六十年代初。这些研究有的是从史学角度考证格萨尔其人其事；有从文学角度研究长篇史诗的文学价值；进而又有从人类文化学的角度，开始了对岭仲——说唱与传承《格萨尔王传》的艺人进行的研究。而对岭仲曲目《格萨尔王传》的全面研究，则始于二十世纪八十年代，它成为有组织、有计划、有步骤地抢救民族文化遗产的国家行为。

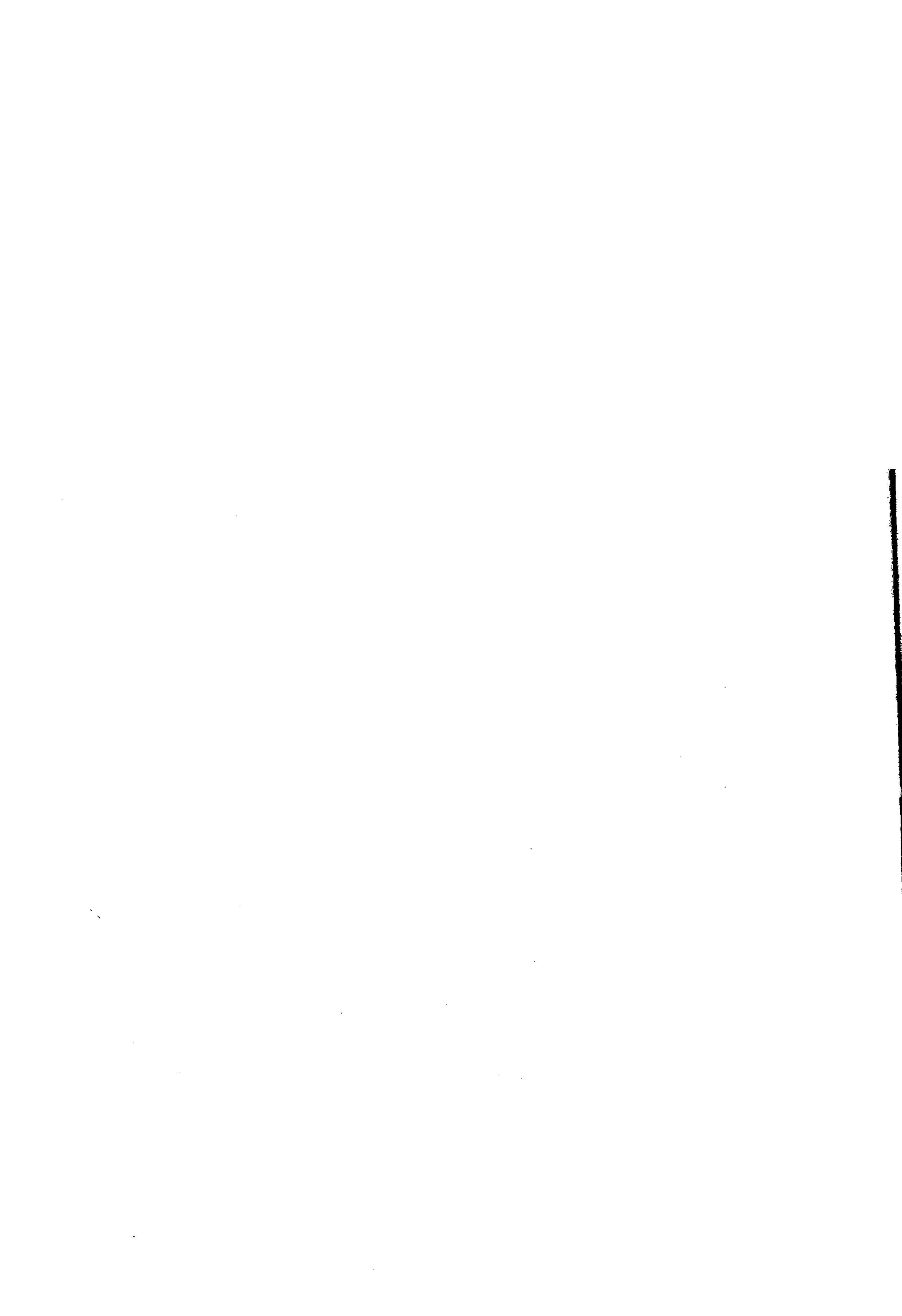
1979 年元旦，从林芝到拉萨治病的仲肯扎巴老人，被西藏师范学院（西藏大学的前身）藏史研究组的同志请到学院，成立了抢救小组，并拨出经费，同时得到社会科学院的积极赞助，开始了《格萨尔王传》的录音抢救工作。1980 至 1984 年，从中央到地方先后四次召开全国性的《格萨尔王传》抢救工作的座谈会。在西藏，1980 年 2 月上旬，自治区宣传部召集自治区的文化局、出版局、师范学院、社会科学院、文联、西藏日报、广播电台以及部分上层人士，举行了两次座谈会，介绍了兄弟省、区的抢救情况，研究讨论和制定了西藏自治区关于《格萨尔王传》的抢救方案。会后，宣传部向自治区党委上报了《关于抢救藏族史诗〈格萨尔王传〉的报告》。4 月，区党委批准了宣传部的报告，并发文再次强调了这项工作的价值、意义及所占的重要地位。指出“文化大革命”中，“四人帮”对《格萨尔王传》及其艺人曾进行了严重的摧残，当前各有关部门要用发通知、写文章、登报、广播等各种方式，为《格萨尔王传》及众多受难的艺人平反。并指示立即成立编制为十五人，从自治区宣传部、文联、出版局、社会科学院、师范学院等单位抽调人员，组成由自治区文联代管的抢救、整理《格萨尔王传》的领导小组，抢救经费单独核算，由财政拨款。当时自治区财政厅连续六年拨给了足够的经费，有了专车和粮食补贴；在那曲建立了抢救点，集中艺人录制资料；山南成立了抢救领导小组；昌都、阿里地区也非常重视这项工作。

1983 年（第十六绕迥水猪年），中国大百科全书出版社出版的《中国大百科全书·戏曲曲艺》卷，以“《格萨尔王传》说唱”为条头，将其作为藏族曲艺曲种开条。这是《格萨尔王传》研究的一个重大发展。当史学家、文学家从自己学术的角度对其进行研究时，它确是一部藏民族的伟大史诗。但从艺术形态特征来研究的时候，作为史诗的文字仅是其唱本的内容。它的存在的主体不是以文字形态，而是采用了一种固定的艺术表现形式——由艺人以相对固定的曲调和表演方法，甚至是固定的穿戴来演唱；它的传承靠的不是文字，而是艺人世世代代口头的传播。文史学家当然仍可称其为史诗，但从其存在的具体形态上看，它就是藏民族的曲艺艺术。关于这种艺术形式应该用怎样的称谓，大百科全书采取了据实记述的方法，称之为“《格萨尔王传》说唱”；而在西藏藏族学者投入《格萨尔王传》研究后，以故事内容发生在岭国为依据，称其为“岭仲”。

1983 年，《格萨尔王传》抢救工作被列为全国哲学、社会科学规划的“六五”跨“七五”、“八五”的重点项目，1984 年 3 月，西藏也成立了《格萨尔王传》抢救办公室。1984 年 8 月，全国《格萨尔王传》工作领导小组和西藏自治区有关单位联合，在拉萨召开了全国七省区

《格萨尔王传》民间说唱艺人演唱会，到会的代表包括北京代表在内共五十六人，其中民间说唱艺人的仲肯三十四名。会议期间，组织了七省区艺人的演唱录音、经验交流、专家学者的学术研讨等活动。这在藏族历史上是第一次。会议还特为录制完一部《格萨尔王传》的七十九岁高龄的扎巴老人祝寿，表彰他在抢救民族传统文化遗产工作中所做的巨大贡献。这大大鼓励了全体参加演唱会说唱艺人的积极性，激发了他们对参加抢救工作的自豪感，使他们感到他们的劳动受到了社会的尊重。1985 年 9 月，经有关部门批准，授予扎巴老人和女仲肯玉梅“文学演唱家”称号，享受中级知识分子待遇。这标志着西藏曲艺艺人的社会地位发生了根本性的变化，也标志着西藏的曲艺艺术得到了各方面的关爱，为它的继续发展奠定了一个更加坚实的基础。

图　　表



大事年表

唐建中二年(绕迥前、佛灭后一三二五铁鸡年,781)

唐朝廷应吐蕃要求,派善讲之僧文素与良琇和尚入藏,将汉地佛教的俗讲带入西藏。

北宋大中祥符五年(绕迥前、佛灭后一五五六水鼠年,1012)

藏传佛教噶举派祖师马尔巴诞生,他一生吟唱、传授了不少宗教古尔鲁。

大中祥符九年(绕迥前、佛灭后一五六零火龙年,1016)

藏传佛教噶举派印度祖师纳若巴出生,他是西藏噶举派祖师马尔巴之师,他的《胜乐》和《纳若六法》等教曲及其古尔鲁对噶举派有重大影响。

景佑元年(第一绕迥木狗年,1034)

西藏卓地大庙会,在百技杂艺中,有"巫师多人,自在女儿十八人",戴面具,手持各种法器,随鼓钹节奏而舞。

宣和五年(第二绕迥水兔年,1123)

藏传佛教噶举派第二代祖师,尊者米拉日巴逝世。他是阿里贡塘地方人,玛尔巴嫡传弟子。注重苦修,隐迹深山,著有米拉日把古尔鲁(道歌)流传于世。

宣和六年——金章宗明昌三年(第二绕迥木龙年—第三绕迥水鼠年,1124—1192)

其间,娘·怪玛活色挖掘出《格萨尔王传》伏藏,《格萨尔王传》说唱本开始由文人加工传抄成文,使之在民间流行。

十二世纪初叶(第二、三绕迥)

米拉日巴的弟子日琼巴·多吉扎巴将《米拉日巴古尔鲁集》记录下来,编撰成书。

金海陵王正隆六年(第三绕迥铁蛇年,1161)

米拉日巴的大弟子日琼巴逝世。他在世期间吟唱了不少古尔鲁。

南宋嘉定四年(第四绕迥水猴年,1212)

古如却旺诞生。他撰写了多种关于"嘛尼"的经文本,对后来形成"喇嘛玛尼"说唱艺术有一定影响。

十三世纪中叶(第四绕迥)

著名藏族译师匈顿·多吉坚参和印度僧人,在萨迦寺将梵剧《龙喜记》译成藏文。匈

顿·多吉坚参和其他译师们还先后翻译了印度的《如意藤》、《佛所行赞》、《诗镜》、《声经》、《乐舞论》、《旃陀罗波字经》、《乐论明意项饰》、《百诗赞》、《云史》、《罗摩衍那》等文学艺术作品和论著。藏族说唱文学及艺术深受其影响，故事说唱和“喇嘛玛尼”等早期说唱艺术的故事多源于此。

十四世纪(第五绕迥)

此时期，《格萨尔王传》的片段和许多传说故事，在《五部遗教》、《玛尼宝训集》以及“掘藏”中都有记载，并分有冲木·格萨尔或突厥人的格萨尔。

十四世纪—十五世纪(第五、六、七绕迥)

《格萨尔王传》已有了经记录和创造后形成的藏文各部本及合成本。

十五世纪(第七绕迥至第八绕迥)

唐东杰布在雪域高原营建众多铁索桥、木石桥和渡口的过程中，为建桥出资而以喇嘛玛尼、玛纳强央、扎西加央(一边让人从木箱小孔看菩萨塑像，一边手持小经筒说唱)等形式募捐。在他组织起姐妹表演大型宗教故事，从而发展形成了“阿吉拉姆”这种藏戏的过程中，也着重吸收运用了喇嘛玛尼等多种宗教和民间的说唱艺术因素。

明正德三年(第九绕迥土龙年，1508)

在当年著作的《西藏王统记》中，记载有《格萨尔王传》的片段及传说故事，其中提到了突厥人、霍尔人的君王格萨尔。

嘉靖二十四年(第九绕迥木蛇年，1545)

《格萨尔王传》故事中的“弥药”和叫“冲木”的大城市，在当年编写的藏文编年史中出现。

万历三年—崇祯六年(第十绕迥木猪年—第十一绕迥水鸡年，1575—1633)

至尊多罗那他完成了《至尊多罗那他教言古尔鲁歌集》的写作。

崇祯十五年(第十一绕迥水马年，1642)

固始汗灭藏巴第司政权，五世达赖在哲蚌寺建立噶丹颇章地方政权。自此，形成每年雪顿节期间以奶酪招待噶丹颇章地方政权的僧俗官员，并在噶丹颇章院子里，由各地戏班举行向达赖喇嘛和僧俗官员献演藏戏的活动，称作“哲蚌雪顿”。在“哲蚌雪顿”期间举行的节庆集会、迎送达赖喇嘛的仪仗活动中，有贡布卓巴和了图阿(折嘎说唱艺人)参加表演。

崇祯十六年(第十一绕迥水羊年，1643)

藏文文献中始将《格萨尔王传》里的格萨尔王称为岭地之王。

清顺治九年(第十一绕迥水龙年，1652)

五世达赖率三千人代表团前往北京觐见顺治皇帝。在北京、承德和蒙古期间，观看了汉、满、蒙古等民族宫廷和民间的音乐、舞蹈、百戏、杂技和戏剧、说唱表演。回藏后，根

据所看到的歌舞，把从拉达克传入的颇具西域风味的歌舞加以改造，组织起了西藏地方政府宫廷歌舞队噶尔巴。噶尔巴的表演节目中，便有说唱性的表演节目。

本年，有了经文人改编创作的说唱故事脚本，如《松赞干布迎娶尼泊尔公主记》（即《甲萨白萨》），其后均成为仲谐、喇嘛玛尼用于说唱的脚本。

本年，在部分"色钦"寺院，开始出现比较固定的带有职业性的喇嘛玛尼说唱班子或职业艺人。

顺治十七年（第十一绕迥铁鼠年，1660）

五世达赖委任桑吉嘉措为第司。桑吉加错在主持扩建布达拉宫过程中，还组建了专为达赖和贵族官员服务的囊玛歌舞队

十七世纪下半叶（第十一绕迥至第十二绕迥前期）

门喇嘛梅若·洛珠嘉措编创了喇嘛玛尼说唱曲本《卓瓦桑姆》。

本时期，五世达赖弟子白玛仁真在德格建竹箐寺，曾将《格萨尔王传》故事以跳羌姆的形式进行表演。同时，还推动了德格藏戏的发展，在江达县岗托地方组成的藏戏班，曾据喇嘛玛尼曲本上演了《诺桑法王》。

十七世纪末一十八世纪（第十二绕迥）

后藏俗官定钦·次仁旺堆在协格尔宗供职期间，据释迦牟尼《如意藤》中六十四品"诺桑名言"，改编创作喇嘛玛尼曲本《诺桑王传》。

本时期，五世班禅洛桑益西据《尸语故事》中"尼玛维色与达娃维色"，改编创作喇嘛玛尼曲本《顿月顿珠》。

乾隆十六年（第十三绕迥铁羊年，1751）

在新建的罗布林卡举办的雪顿节期间，有许多藏戏表演班子和说唱艺人前往参加演出，演出活动持续约五六天。

乾隆十七年（第十三绕迥铁羊年，1752）

西藏建地方正规军，同时建王宫卫队。"百"这种古代士兵和卫队在征战前演唱壮威歌的形式出现了。

十八世纪（第十二绕迥一第十三绕迥）

《噶举道歌海》由丹贝宁切以木刻书刊布。其中附有十三世噶玛巴的学生司徒白马宁切的愿文。

本世纪上半叶，七世达赖喇嘛格桑嘉措著《修心道情歌集·梵天之声》。

本世纪中叶，拉卜楞寺贡塘活佛丹百尊美著《报答父母之恩，为死者念诵玛尼之古尔央》。

本世纪中下叶，晋美旺布著《晋美旺布论教育道歌》。

本世纪下半叶，洛桑曲吉尼至著《教海道情歌》。

咸丰九年(第十四绕迴土羊年,1859)

坚白诺布定忧写成《米庞愿文》第六编《祈愿平安文·破除障碍》(即堆巴谐巴)。

同治四年(第十四绕迴木牛年,1865)

坚白诺布定忧写成《米庞愿文》之《依止藏区雄狮王献祭福运风旗之仪轨,千劫贤佛之心要》。

同治九年(第十五绕迴铁马年,1870)

坚白诺布定忧写成《米庞愿文》第三编《格萨尔金刚寿王之咒语及教戒·甘露净瓶》。

同治十一年(第十五绕迴水猴年,1872)

支氏大明巴写成《米庞愿文》之《依止金刚雄狮大王之缘起》。

同治十二年(第十五绕迴水鸡年,1873)

支氏大明巴写成《米庞愿文》之《伟大格萨尔金刚寿王之酬谢仪轨,诸俗尽快实现》。

本年,支氏大明巴写成《米庞愿文》第七编《格萨尔王招福文·招福之铁像》。

同治十三年(第十五绕迴木狗年,1874)

支氏大明巴写成《米庞愿文》之《奇特的赛马故事·秘密宝鉴》。

光绪二年(第十五绕迴火鼠年,1876)

司伦吉巴写成《米庞愿文》之《格萨尔王招福仪轨·增益如意宝》、《格萨尔王招财仪轨·有寂宝聚》。

光绪三—六年(第十五绕迴火牛年至铁龙年,1877—1880)

司伦吉巴写成《米庞愿文》第二编《祈愿文·事业速成》。

光绪六年(第十五绕迴铁龙年,1880)

司伦吉巴写成《米庞愿文》之《康师格蒸尔祭礼中事自成》。

光绪十年(第十五绕迴木猴年,1884)

三月一日,萨迦派大教王玛尼写成《门岭大战》之部(图齐藏本)。

本年,司伦吉巴写成《米庞愿文》之《格萨尔王祭祀供养·心愿即成》。

光绪十一年(第十五绕迴土鸡年,1885)

司伦吉巴写成《米庞愿文》之《格萨尔王之权势》。

光绪十三年(第十五绕迴火猪年,1887)

司伦吉巴写成《米庞愿文》之《降伏霍尔》之部和《赛马称王》之部愿文,《祈愿降伏霍尔·勇士哭声》,《向送舍神(战神)做大祈愿·深广喜乐》,《送舍神迴煜杀战神吉祥歌曲》。

本年,羊昌寺济仲活佛索南旺杰写出《三宝化现征服敌手之世界》,系格萨尔王传记之《攻占西宁马宗》、《阿色盔甲宗》。

光绪十七年(第十五绕迥铁兔年,1891)

五月五日,由嘎才仁、南木杰(抄经师)抄写完成《岭国雄狮大王征服敌手如意宝,击败洛地木尺王传记》之部,并由奚卓寺的拉纳玛底和拉介苏里雅二僧人校订。

光绪二十一年(第十五绕迥木羊年,1895)

司伦吉巴写成《米庞愿文》之格萨尔的祈祷文《战神之王格萨尔日常祭祀礼·心愿自成》。

光绪二十六年(第十五绕迥火猴年,1896)

嘉木央多吉写成《米庞愿文》之格萨尔的祈祷文《格萨尔王托付事业·金刚笑声》。

十九世纪(第十四绕迥—第十五绕迥)

喇嘛嘉木样钦则旺布写成《格萨尔王传》的《降生岭国》之部。

本世纪中叶,《噶举派歇海释义集要·断除绳缚一贤动心慰》(《格萨尔王传》)由十四世噶玛巴弟子噶玛阿旺云丹嘉措提供,丹贝宁切以木刻本刊布。

本世纪晚期,藏戏江嘎尔娃戏班戏师朗杰,据喇嘛玛尼曲本《诺桑法王传》编演了《诺桑法王》。

本世纪晚期,八世班禅祥丹白旺修请僧侣诗人甲毗·热,将《龙喜记》改编成通俗故事脚本。甲毗·热又转让弟子登西绕再改写为喇嘛玛尼曲本《驾云王子》(后据此改演的藏戏名为《云乘王子》)。

光绪二十八年(第十五绕迥水虎年,1902)

法国人佛兰克从藏西北搜集到《格萨尔王传》藏文抄本,又于三年后用藏、英文对照,在印度加尔各达出版了《格萨尔王本事》。

本年,由支氏大明巴绘制成《米庞愿文》之《对风马旗的描述及其图案》、《依止格萨尔王完成器如意宝图像》。

二十世纪初(第十五绕迥)

劳佛尔通过达斯从扎西伦布寺的藏经楼中,获得《岭地格萨尔王传奇异大海之霍岭大战之部·勇士意乐嘉安》。

民国二十九年(第十六绕迥铁龙年,1940)

云游僧演唱的古尔鲁,出现在孜恰勒空藏戏班演出的《朗萨雯蚌》中。

民国三十一年(第十六绕迥水马年,1942)

《格萨尔王传》之《丹玛》之部,由一名僧侣在安多的华热地区写成。

1950 年(第十六绕迥铁虎年)

元旦,中国人民解放军五十二师文工团为庆祝昌都地区人民解放委员会成立,每天的晚会上都有一些曲艺节目上演。

8 月 1 日,中国人民解放军第十八军文工团随军徒步进藏。在行军过程中演唱了许

多曲艺节目，如《断粮难不倒》、《一路欢笑一路歌》、《歌唱张福林》、《修路忙》等快板，河南坠子节目，密切配合了当时的宣传鼓动工作。

11 月，中国人民解放军五十二师文工团抵达昌都后，排演了不少以军民团结、藏汉团结为内容的，短小精悍、生动多样的曲艺节目。同时还从甘孜、德格、巴塘吸收了高世珍、次仁、依希卓玛、洛桑强巴等八名藏族队员。

1951 年（第十六绕迥铁兔年）

中国共产党中央西北西藏工作委员会文工队在进藏过程中，编演了许多曲艺节目进行宣传鼓动。

1954 年（第十六绕迥木马年）

12 月 24 日，西南地区京剧团、杂技队、曲艺队随同中央交通部、西南军区、西北军区、和全国许多省市派出的慰问团前来拉萨，参加康藏公路通车典礼的演出。

12 月 25 日，康藏公路、青藏公路通车典礼在拉萨举行。

1955 年（第十六绕迥木羊年）

擅长各种说唱艺术，并已掌握了许多表演技巧的青年喇嘛土登，离开了功德林寺参加了拉萨市的业余文艺宣传队，并成为一名骨干队员。

1957 年（第十六绕迥火鸡年）

12 月 25 日，喇嘛玛尼艺人次仁群宗随西藏艺术代表团赴北京，参加全国民族民间音乐舞蹈会演。

本年，林士司本《西藏的格萨尔》在法国巴黎出版，全书约三百多页。

1958 年（第十六绕迥土狗年）

拉萨市青妇联从拉萨市东、西、南、北四城区及东郊乡的业余文艺宣传队中，吸收了土登等十余名骨干，成立了青妇联业余宣传队。自编、自导、自演了小型多样的反映西藏人民新生活的节目，受到群众好评。随后更名为拉萨市青妇联业余歌舞队。

1959 年（第十六绕迥土猪年）

7 月 31 日，拉萨市各区业余文艺歌舞队在拉萨市大礼堂举行联合汇报演出，洛桑多吉第一次以曲艺形式来表现革命内容，宣传党的方针政策。

9 月 18 日，拉萨市东、南、西、北四城区及东郊等单位的群众业余文艺演出队，共四百余人，在中国共产党西藏工作委员会（以下简称西藏工委）礼堂举行汇演，演出了曲艺、歌舞节目。

9 月 26 日—10 月 3 日，参加拉萨市业余文艺汇演的各文艺演出队，又向西藏工委和拉萨市委作了汇报演出。张经武、惠毅然等领导人前往观看、祝贺。10 月初，一支由四城区业余歌舞队选拔出来的，由二十多名藏族农奴子女、农奴、奴隶自愿组成的拉萨市业余歌舞队宣告成立。由刘延和土登主持该队工作。

10 月，洛桑多吉根据侯宝林的相声《醉酒》创作改编为藏语相声《醉酒》，由拉萨市南城区业余文艺宣传队表演。

1960 年（第十六绕迥铁鼠年）

5 月，喇嘛玛尼说唱艺人次仁群宗，代表西藏民间曲艺艺人赴北京，光荣地出席了中华全国文学艺术工作者第三次代表大会。

9 月 26 日，拉萨市举办业余文艺汇演，由洛桑多吉创作改编、拉萨市东城区业余宣传队表演的藏语相声《醉酒》，获创作、表演一等奖。

1961 年（第十六绕迥铁牛年）

秋，拉萨市业余歌舞队到堆龙德庆县演出。随后，拉萨市业余歌舞队业务指导，北京大学毕业的廖东凡，带领由十多人组成的小分队及曲艺、歌舞等节目到墨竹工卡县各区、乡、村为农牧民巡演两个月。

1962 年（第十六绕迥水虎年）

10 月 27 日，新华社报道，一批传统的喇嘛玛尼曲本已由藏汉文艺工作者共同整理改编为藏戏舞台演出本。计有《朗萨姑娘》、《卓娃桑姆》、《文成公主》、《苏吉尼玛》、《白玛温巴》等。

11 月，在拉萨市举行的业余文艺会演中，洛桑多吉创作、拉萨市东城区业余宣传队表演的折嘎《折嘎桑白顿珠》，获创作、表演一等奖。

本年，拉萨市业余歌舞队带着曲艺、歌舞节目，到林周地区巡演几个月。

1963 年（第十六绕迥水兔年）

7 月 4 日，新华社消息，喇嘛玛尼曲本《曲杰诺桑》，经过西藏藏剧团整理，搬上藏戏舞台。

秋，拉萨市东城区业余宣传队，为返藏的班禅额尔多尼·却吉坚赞大师一行举行专场文艺演出。藏语相声《醉酒》，折嘎《折嘎桑白顿珠》，谐表演《争灯》、《一本毛主席的书》，小谐剧《模范家庭》受到大师及其一行的称赞。

1964 年（第十六绕迥木龙年）

5 月，西藏首届群众业余文艺会演在拉萨举行，一百五十多名业余演员演出了包括曲艺在内的六十二个节目。

本月，拉萨市业余歌舞队先后两次赴当雄为当地牧民演出，折嘎表演唱《互助组的春风》、《擦亮眼睛》、《三兄妹学文化》、《不能走那条路》等节目深受群众喜爱。

11 月，西藏代表团，赴京参加全国少数民族业余艺术观摩演出会，演出了折嘎《开天辟地头一回》，堆巴谐巴《选代表》，扎年弹唱《次仁穷穷回来了》，表演唱《好得很》、《织氆氇》等节目。

12 月 28 日，在北京举行的全国少数民族业余艺术观摩演出会上，西藏代表团与其

他民族代表团一起受到党和国家领导人毛泽东、刘少奇、周恩来、朱德等的接见。

1965年(第十六绕迥木蛇年)

10月,拉萨市业余歌舞队在自治区首次文化工作会议上,受到中国共产党西藏自治区委员会的表扬,被确立为专业文艺表演团体,并改名为拉萨市文化工作队。

1971年(第十六绕迥铁猪年)

在拉萨市文化工作队基础上,拉萨市毛泽东思想文艺宣传队成立。其中设有八人组成的曲艺队。

1972年(第十六绕迥铁鼠年)

年初,拉萨市毛泽东思想文艺宣传队去墨脱县为门巴族、珞巴族群众及边防战士演出两个月。曲艺队演出的曲艺节目备受欢迎。

6月2日,西藏自治区文艺调演大会在拉萨举行,一千二百多名专业和业余演员演出了一百九十多个节目,其中有部分曲艺节目。

1973年(第十六绕迥水牛年)

11月11日,西藏自治区专业文艺创作调演大会在拉萨开幕。拉萨市毛泽东思想文艺宣传队演唱的扎年弹唱《一段家常话》受到好评。

1975年(第十六绕迥木兔年)

8月,拉萨市毛泽东思想文艺宣传队参加全区文艺调演,演出了扎年弹唱《弹起扎年唱新歌》。

9月,拉萨市毛泽东思想文艺宣传队为庆祝西藏自治区成立十周年,排练演出了民族专场文艺晚会。

10月20日,西藏自治区业余文艺调演在拉萨举行,十一个单位的藏族、门巴族、蒙古族、回族、壮族、汉族演员,演出了一百六十多个节目,其中有部分曲艺节目。

1976年(第十六绕迥火龙年)

5月19日,西藏自治区专业文艺调演大会在拉萨开幕,拉萨市毛泽东思想文艺宣传队在调演中演出了说唱《阿佳格桑》、《手捧清泉想北京》、《支农小组进山庄》等节目。

1977年(第十六绕迥火蛇年)

拉萨市毛泽东思想文艺宣传队(即拉萨市文化工作队)正式改为专业的文艺演出团体,并改名为拉萨市歌舞团,编制确定为八十人,专设有曲艺队。

1979年(第十六绕迥土羊年)

1月4日,拉萨市歌舞团的扎年弹唱《爷爷想孙子》,小演唱《快把路加宽》、《哈达又挂韶山村》等节目,参加在拉萨举行的全区第四届文艺会演并获奖。

1月,岭仲老艺人扎巴,经西藏自治区教育厅开具证明,再度开始说唱《格萨尔王传》。

3 月 27 日，西藏师范学院登真同志率领强巴旺久、洛桑、顿旦和旺堆，到岭仲老艺人扎巴在林芝的住地，开始为扎巴老人演唱的《格萨尔王传》进行录音整理工作。

8 月 20 日，西藏师范学院登真等同志共为扎巴老人录制了《格萨尔王传》中的九部音响资料，两部已整理成文，其中的《门岭大战》文稿作了三次大的修改，交由北京出版社出版。

10 月 30 日，拉萨市歌舞团团长、曲艺演员土登随西藏文艺代表团，出席了在北京召开的中华全国文学艺术工作者第四次代表大会。

11 月 4 日—10 日，土登出席了在北京召开的中国曲艺工作者第二次代表大会，会上被推选为中国曲艺家协会理事。

1980 年(第十六绕迥铁猴年)

2 月上旬，中国共产党西藏自治区委员会宣传部召集所属单位文化局、出版局、师范学院、社会科学院筹备组、报社、电台以及部分上层爱国人士，举行了两次座谈会，研究讨论史诗《格萨尔》的抢救工作。

本月，西藏自治区党委宣传部根据两次座谈会的意见和建议，向区党委写了《关于抢救藏族史诗〈格萨尔〉的报告》，报告中提出了对《格萨尔》的评价，以及如何开展抢救工作等意见。

4 月 3 日，中国共产党西藏自治区委员会发出五号文件，批复了区党委宣传部的报告，并立即成立了《格萨尔》抢救工作领导小组，由西藏自治区文联代管，开展工作。同时决定，所需经费单造预算，由财政拨款。

4 月 20 日，西藏派代表参加了由中国社会科学院少数民族研究所和中国民间文艺研究会联合在四川峨嵋召开的《格萨尔》工作会议。

5 月，《格萨尔王传・霍岭大战》(上册)藏文本，由北京民族出版社出版。

1981 年(第十六绕迥铁鸡年)

2 月 21 日，西藏派代表参加了由中国社会科学院少数民族研究所和中国民间文艺研究会联合召开的第二次《格萨尔》工作会议。

2 月底—3 月初，土登、玛米和索朗次仁赴北京，参加了由文化部艺术一局、中国曲艺家协会创作委员会召开的曲艺新作品讨论会。

5 月，《格萨尔王传・羌岭之战》藏文本，由北京民族出版社出版。

7 月，《格萨尔王传・赛马称王》藏文本，由北京民族出版社出版。

8 月，《格萨尔王传・松岭之战》藏文本，由北京民族出版社出版。

本月，《格萨尔王传・卡契玉宗》雕版印刷的藏文本，由北京民族出版社出版。

9 月，第一部《格萨尔王传・达岭之战》藏文铅印本，由西藏人民出版社出版。

10 月 5 日，西藏自治区文学艺术工作者第一次代表大会在拉萨开幕。土登、索朗次

仁为主席团成员。

10月10日，西藏自治区戏剧、曲艺工作者代表大会召开。

10月12日，中国曲艺家协会西藏分会首届理事会与中国戏剧家协会西藏分会合并组建，理事会名誉主席阿玛次仁，主席大旺堆，副主席胡金安、土登、多布杰。西藏曲协分会理事为索朗次仁等三人。

10月，全区曲艺汇演在拉萨市举行，拉萨市歌舞团曲艺队演出的藏语相声《醉酒》、《治穷致富》，单人折嘎《说不完的喜事》，喇嘛玛尼《候鸟的故事》，扎年弹唱《格萨尔王传·门岭之战》，坐唱《藏汉团结描新闻》等获创作一等奖。土登获特别演员奖，拉巴次仁、米玛获表演一等奖。

11月，黄文焕在《西藏研究》汉文创刊号上发表《关于〈格萨尔〉历史内涵问题若干探讨》。

1982年（第十六绕迥水狗年）

3月，西藏自治区群众艺术馆组织并由自治区群众艺术馆次仁卓嘎、索朗旺堆带队，拉萨市歌舞团曲艺队演员土登、米玛、龙日、普布次仁、阿旺洛珠、拉巴次仁、白登达瓦、多吉卓嘎和山南文工团的克珠组成西藏曲艺代表队，赴苏州参加了全国曲艺优秀节目（南方片）观摩演出。演出的节目有：藏语相声《歌舞的海洋》、双人折嘎《贺喜》、扎年弹唱《格萨尔王传·门岭之战》（片断）、仲谐《尼曲桑布》等。

在观摩演出会上，索朗次仁创作的藏语相声《歌舞的海洋》、双人折嘎《贺喜》获创作一等奖、演出一等奖；米玛改编的仲谐《尼曲桑布》获改编、演出二等奖；土登改编的扎年弹唱《格萨尔王传·门岭之战》（片断）获改编、演出一等奖。拉萨市歌舞团曲艺队的土登、米玛、龙日、普布次仁、阿旺洛珠、拉巴次仁、白登达瓦、多吉卓嘎均获表演一等奖。

本月，《格萨尔王传·征服象雄珍珠宗》藏文本，由西藏人民出版社出版。

4月，《格萨尔王传·格萨尔诞生》藏文本，由西藏人民出版社出版。

7月，西藏师范学院格萨尔研究室整理的《格萨尔王传·松岭之战》藏文本，由西藏人民出版社出版。

8月，李朝群在《格萨尔王传·木岭之战》、《格萨尔王传·甲岭之战》藏文本出版之后，于《西藏研究》上发表了《抢救〈格萨尔〉的可喜进展——兼论其意义和部本》。

9月18日，拉萨市歌舞团的“乌兰牧骑”演出队，赴北京参加全国少数民族“乌兰牧骑”文艺会演。扎年弹唱《格萨尔王传·门岭之战》、《爷爷和孙子》、《好时光》等获奖，“乌兰牧骑”演出队获“先进集体”称号。

9月，《格萨尔王传·梅岭之战》藏文本，由西藏人民出版社出版。

10月，拉萨市歌舞团曲艺队创作排练了扎年弹唱《西藏人民的好门巴——蒋英》，参加了宣传蒋英同志先进事迹的演出。

11月,《格萨尔王传·察瓦箭宗》藏文本,由西藏人民出版社出版。

12月,由土登、龙日、普布次仁带队,拉萨市歌舞团组织了二十余人,以曲艺节目为主,到达孜县唐嘎区、澎伯区、帮堆区巡演。

本年,在拉萨举行了全区业余文艺比赛(小型节目)。由江孜县宣传队赤列创作,边洛、巴珠、大旺堆、普琼等表演的四人折嘎《四个折嘎参观南山》,获创作二等奖、表演二等奖。山南文工团仁青的藏语相声《尼玛老师回来了》,获创作二等奖。克珠的折嘎《物交会的喜悦》获创作三等奖。

本年,拉萨市歌舞团曲艺队,在参加全国曲艺优秀节目(南方片)观摩演出后前往西安、成都,分别向驻地西藏办事处职工与西藏民族学院、西南民族学院各族师生进行慰问演出,在成都还应四川省民族事务委员会邀请作了专场演出。

1983年(第十六绕迥水猪年)

日喀则地区文化工作队,正式定名为日喀则地区文工团。

本年,洛桑多吉改编的藏语相声《醉酒》,荣获中国文联评选的文学作品一等奖。

1984年(第十六绕迥木鼠年)

1月11日,西藏派代表赴北京,参加了中国社会科学院少数民族文学研究所召开的第四次《格萨尔》工作会议。

1月16日,西藏自治区社会科学院、中国民间文艺研究会西藏分会、西藏自治区《格萨尔》抢救领导小组、中国社会科学院少数民族文学研究所联合发出通知,定于1984年的6、7月份,于拉萨举办《格萨尔》民间艺人演唱会。《通知》中规定了参加演唱会各种人员的条件等。

3月,西藏《格萨尔》抢救领导小组结束了由西藏自治区文联代管的局面,并成立了《格萨尔王传》抢救办公室,划归西藏自治区社会科学院领导。

5月29日,由土登带队的拉萨市歌舞团,应阿里地区行署的邀请,赴阿里地区的七个县,为当地军民演出。在一个月时间内,演出六十七场。

5月,《格萨尔王传·仙界占卜九藏》藏文本,由北京民族出版社出版。

7月13日,西藏自治区《格萨尔》抢救办公室派出三名同志,开始了前往七个县、十二个区、二十三个公社进行的为期五十二天的普查工作。其间,共搜集到手抄本六部,了解到九位民间艺人及他们的家庭住址、说唱的部名,记录了有关格萨尔的传说十六则。

8月20日,由西藏自治区社会科学院、中国民间文艺研究会西藏分会、西藏自治区《格萨尔》抢救办公室、中国社会科学院少数民族文学研究所共同举办的七省区《格萨尔》民间艺人演唱会在拉萨举行。会期一周。有五十六人参加会议。其中民间艺人代表三十四人。会议得到了自治区党委的重视和支持,区党委书记杨岭多吉亲自到代表驻

地看望，并讲了话。

8月，西藏自治区政府，为著名岭仲艺人扎巴八十寿辰举行了隆重祝寿及授奖仪式，以表彰他在抢救《格萨尔》工作中做出的卓越贡献。

本月，岭仲艺人玉梅，在七省区《格萨尔》民间艺人演唱会上，荣获突出贡献奖。

10月11日，西藏自治区《格萨尔》抢救办公室向全区公布了《〈格萨尔王传〉录音抢救试行办法》。其要点是根据版本的优劣、录音质量的好坏，付与相应的报酬，是为加快抢救步伐的重要措施。

10月12日，西藏自治区《格萨尔》抢救办公室成员王克勤，应邀参加了四川、北京、西藏、甘肃、青海、云南六省、市、自治区藏文出版部门在成都召开的，有关《格萨尔》出版工作的协作会议。会上提出的主要问题是应把《格萨尔》出版工作纳入整个《格萨尔》工作范围之内加以统筹安排；出版工作应坚持择优、择缺原则，以减少盲目性。

10月，索朗顿珠在《西藏研究》藏文版上发表了《论岭·格萨尔·诺布占堆》。

12月，恰白·次旦平措在《西藏研究》上发表了《格萨尔与噶伦》。

本年，山南地区文工团创作演出了折嘎《今日西藏》、《远方的贵客吉祥如意》，藏语相声《第一课》、《门》，快板《责任制好处说不完》等。拉萨市歌舞团曲艺队创作演出了藏语相声《古城新貌》、《计划生育》、《卫生与健康》等。

1985年(第十六绕迥木牛年)

2月1日，中国共产党西藏自治区委员会副书记李文珊、自治区《格萨尔》抢救办公室主任李朝群，应邀赴北京参加《格萨尔》工作领导小组第二次会议。会议主要议题是总结1984年工作，提出1985年工作要点，探讨“七五”期间《格萨尔》工作可能和应该达到的目标，和为达到这一目标应该采取的步骤与措施。

4月18日，西藏曲艺家协会代表土登、索朗次仁、洛桑多吉、米玛、阿达洛旦等，出席了在北京召开的中国曲艺家协会第三次代表大会。

9月28日，西藏自治区第五届专业文艺汇演在拉萨举行。拉萨市歌舞团曲艺队演出的藏语相声《四不像》获创作二等奖、表演一等奖，男声扎年弹唱《扎木年扎西杰布》获创作一等奖、表演一等奖；日喀则地区文工团的藏语相声《文学的宝库》获创作一等奖，女声扎年弹唱获创作一等奖、表演一等奖；阿里地区文工团男声扎年弹唱或创作一等奖、表演一等奖；山南地区文工团藏语相声《藏族民间谚语》获创作一等奖。拉萨市歌舞团曲艺队的土登、米玛，那曲地区文工团的仁青卓玛，阿里地区文工团的德吉次白等获优秀演员奖。

10月，《格萨尔王传·辛丹之虎之争》藏文本出版。

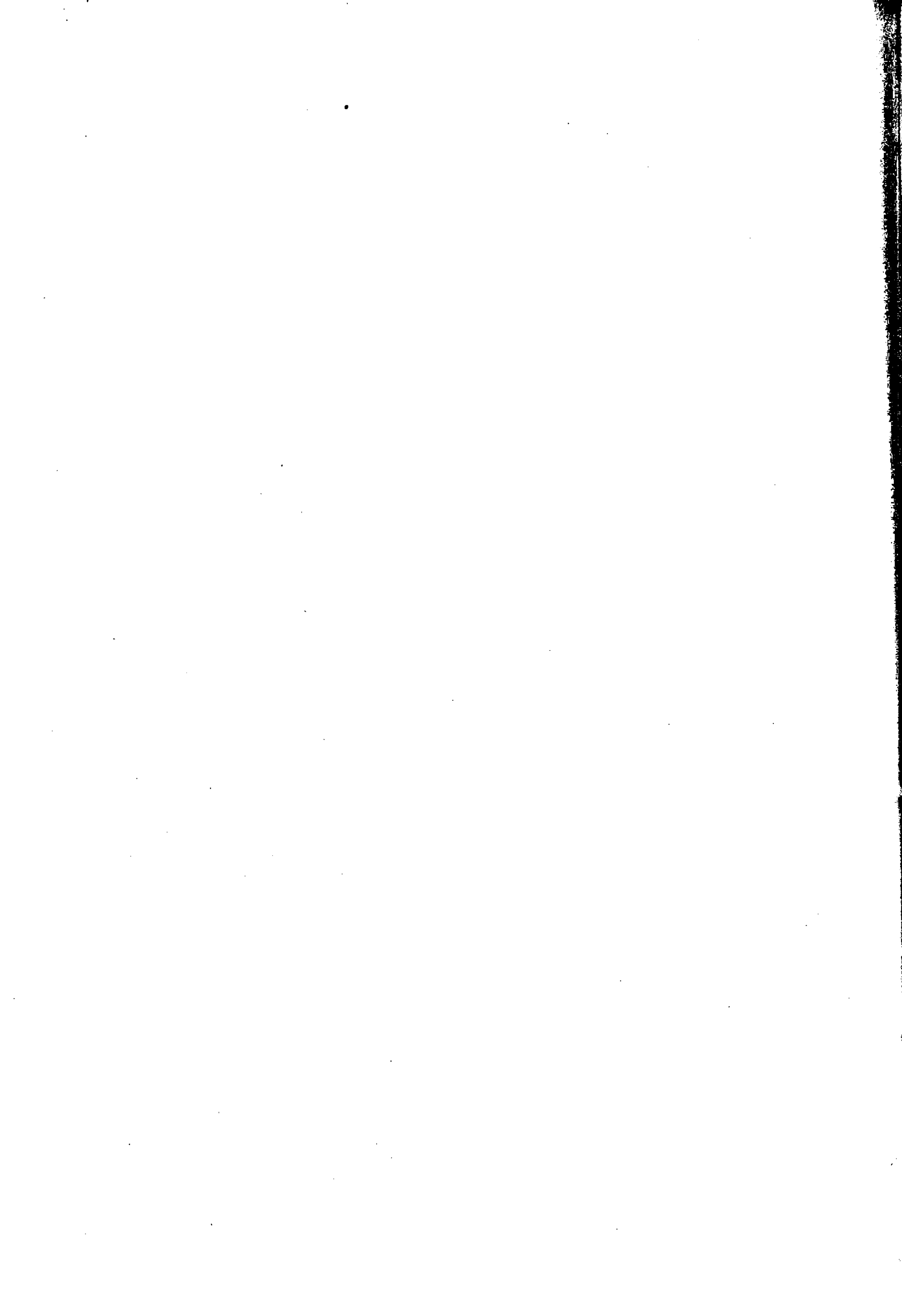
本年，《格萨尔王传》已收集到大宗十八部，小宗三十七部。已经录音的有：扎巴老人演唱本三十九部，玉梅演唱本九部，次旺居美演唱本九部，勇珠演唱本十三部，桑珠演唱

本五部，曲扎演唱本三部，阿达尔演唱本二部，鲁珠演唱本二部，赤列尼玛演唱本一部。九名艺人录制演唱本共六十八部和两个半部，录音磁带两千一百二十六小时。已记录整理了二十三部藏文本。调查到艺人三十九名，获得了不同目录一百七十四种，共收集手抄本五十五种八十三部。

曲 种 表

曲种名称	别 名	形成期	形成地	流 布 地 区
仲 谐	说唱故事	九世纪	雅隆河谷	拉萨、山南、日喀则、那曲、林芝、阿里、昌都
古尔鲁	道 歌	七世纪	雅隆河谷	拉萨、山南、日喀则、那曲、林芝、阿里、昌都
堆巴谐巴	赞词和祝颂	九世纪	雅隆河谷	拉萨、山南、日喀则、那曲、林芝、阿里、昌都
百		十八世纪初	雅隆河谷	拉萨、山南、日喀则、那曲、林芝、阿里、昌都
岭仲	说唱格萨尔	十一世纪		那曲、昌都、阿里、拉萨
喇嘛玛尼		十四世纪末		拉萨、山南、日喀则、那曲、林芝、阿里、昌都
折 嘎		十三世纪		拉萨、山南、日喀则、林芝
扎年弹唱	六弦弹唱	二十世纪初		林芝、山南、阿里、日喀则
藏语相声		1959 年		拉萨、山南、日喀则、那曲、林芝、阿里、昌都
夏		十三世纪		林芝、山南

志　　略



曲　　种

岭　仲　又称《格萨尔王传》说唱。形成于西藏，流布于青海、四川、甘肃、云南、内蒙、新疆等地藏族、蒙古族、撒拉族，乃至与中国相邻的不丹、锡金、蒙古人民共和国、苏联的布里亚特地区。在不同历史时期曾赋予它不同的名称。早期的国内外史学、文学研究者，以其规模宏大，故事内容曲折、丰富，涉及人物众多，而称其为“英雄史诗”；1983年出版的《中国大百科全书戏曲曲艺》卷，认定它是藏族曲艺艺术之一种，以纪实的原则定名为“《格萨尔王传》说唱”；在二十世纪八十年代初，西藏掀起大规模的《格萨尔王传》研究后，将这种说唱《格萨尔王传》的曲艺表演形式定名为“岭仲”，即岭国故事。

岭仲形成的时间有公元六世纪以后的吐蕃时期说；有十一世纪到十三世纪间吐蕃崩溃、西藏进入分裂割据时期说；有十五世纪前后帕主地方政权时期说等。

以说唱《格萨尔王传》为主要内容的岭仲艺术，其源头可追溯到苯教时期雪域高原产生的藏民族的传说故事和民歌，随着西藏社会的发展，藏民族信仰的变化，故事内容也在不断改变与丰富。不同历史时期故事的产生，都反映了当时社会人们对自然界、对社会现象的观点。七世纪至十二世纪，从松赞干布建立吐蕃王朝至西藏进入分裂割据时期，佛教与苯教的斗争，佛教各教派间的斗争，使西藏战乱不息。人们希望能出现一位英雄来救他们逃出战争的苦海，带来和平安宁的生活。在这一时代背景下，就出现了一批反映藏族英雄格萨尔王的片段故事，如《天岭卜筮》、《英雄诞生》、《赛马称王》、《北地降魔》、《霍岭大战》、《安定三界》等等。当时演唱这些故事的除艺人外，还有佛教宁玛教派僧侣，他们不仅演唱，而且在他们中间有手抄本流传。手抄本的抄写者、保存者以及说唱的传播者，有一部分就是宁玛派中所谓的“掘藏大师”。他们借助民间流传的这些故事，借助当时藏族民众对和平安宁生活的期盼，在记录抄写过程中将这些故事加以改编，融进宁玛教派的教义。

十三、十四世纪时，萨迦地方政权成立，它与元朝政府关系友好，这使藏传佛教在西藏占据了统治地位。原本在民间流行的英雄格萨尔王故事，此时，被佛教僧侣中的“善说者”以较宁玛派僧侣更加系统的方式加以改造完善，形成了一部结构庞大的《格萨尔王传》，并渐渐产生了相对固定的演唱形式，演唱曲调。格萨尔王成为藏民族人民心目中的英雄，演唱《格萨尔王传》的曲艺艺术形式——今称为“岭仲”的曲种也被固定下来，久唱不衰。其时，民间已有了演唱岭仲的职业艺人，他们被称为“仲肯”。他们都一贫如洗，与一般乞丐不

同的是他们多了一种演唱岭仲的技艺，靠演唱岭仲换取报酬养家糊口。他们云游四方，到处流浪，在雪域高原只要是有人居住的地方就有他们的足迹。他们的演唱没有时间、地点、环境的限制，春、夏、秋、冬，白天、晚上，地头田间、牧场帐篷，贵族家的深宅大院、奴隶家低矮茅屋均可演唱。而每逢喜庆佳节、迎亲婚娶更是他们展露才华、大显身手的极好机会。

至十七世纪的五世达赖时期，《格萨尔王传》故事经民间艺人、佛教僧侣中的学者们的不断加工、创作，其结构庞大的内容已基本定型。此前西藏每个历史时期的重大历史事件，邦国之间的战争，英雄的业绩，佛教的教义，著名的民间传说故事等等，都融化在这个故事里面。此外，由于长期在民间流传，每位仲肯都有属于自己的创造以及自己的一部书，因此《格萨尔王传》究竟有多长，尚属不解之谜。有的说包括十八大宗、二十八中宗，有的号称有十八大宗、七中宗、四小宗；另有称"部"的，一部完整的《格萨尔王传》有的说是七部，更有说十二部、十八部、二十五部、三十一部、七十四部乃至一百二十部。但主要故事内容均为：观音菩萨发现天下妖魔横行，残害百姓，就同白梵天王商议决定派遣一位天神下界，降服鬼怪。他们叫来白梵天王的三个儿子，让他们自己商议由谁下天界理事，结果重任落在白梵天王的三儿子顿珠尕尔宝身上，于是他投生为一个弃妇的儿子降临人间。他自幼生活极为贫困，十五岁后娶珠牡为妻，并借神力赛马称王。十六岁起即开始了为民除害的征战，通过与岭、霍尔、卡契等国的不断战争，完成了在人间降服妖魔，扶助弱小，惩治强暴，安定三界的使命，从地狱中救出爱妃阿达拉姆和母亲噶擦拉姆，将国事交给侄子，即嘉察之子扎拉，自己重返天界。曲目中生动地塑造了以格萨尔为首的众多英雄形象，如：具有神、佛、人三位一体特征的格萨尔，他所具有的无比的神力使他战胜了一切妖魔，他慈悲的佛家思想感悟着众生，而他作为人的悲欢离合的复杂经历又使整个故事感人至深。同时也塑造了智勇双全的丹玛，视死如归、忠贞勇猛的嘉察，美丽善良又充满智慧的珠牡等。故事中既有惊心动魄的战争场面，又有缠绵悱恻的爱情描写；既有为国捐躯的壮烈，又有失去亲人的悲痛；既有神奇的童话，又有处世的格言。苯佛合一的藏传佛教教义在此得到充分的体现，藏族民众向往的正义勇敢、善良智慧、忠贞不渝的爱情等等也在此一并得到充分体现。

当时，岭仲艺人已分有三种类型，第一类是演唱水平较高的，在听众中有一定威望，他们一般按自己的意愿，根据不同情况，自己决定演唱内容，而不听命于别人。若不尊重他们的意愿，就拒绝演唱。第二类是中等水平的演唱者，他们会唱的曲目相当多，通常须按照邀请的人选定的曲目演唱。如某大户人家生子，就会请他们唱《英雄诞生》；某地举行赛马会，也会让他们演唱《赛马称王》，随着邀请艺人的不同理由，挑选着不同的曲目。这也渐渐形成为一种模式，如在藏北草原的夏秋时节，会请他们演唱庆祝丰收的《热尺山羊宗》、《阿细山羊宗》、《宗巴犏牛宗》；姑娘们想要美丽的衣裳，会要艺人们唱《措米努绸缎宗》、《向雄珍珠宗》、《白波珊瑚宗》、《达则珍珠宗》、《阿扎玛瑙宗》、《赛拉松耳右宗》；当缺少盐、茶时，会让艺人们唱《汉地茶宗》、《乌斯茶宗》、《擦白盐宗》、《北部盐宗》；商人出门做生意出发前，

会请他们唱《大食财宗》、《紫骡子宗》、《蒙古马宗》、《西宁马宗》、《色玛马宗》、《米奴海福》、《金萨货宗》;贵族、奴隶主要百姓、奴隶安分守己,念经拜佛,会让艺人演唱《大白佛法宗》、《印度佛法宗》、《汉地王法宗》;部落打冤家,队伍出发前,会请艺人演唱《降服妖魔》、《霍岭之战》、《米古兵器宗》、《西宁弹药宗》。第三类是演唱水平较低者,会唱的曲目较少,只能唱几段,这类艺人十分贫穷。

《格萨尔王传》的文体为散韵结合,散文部分为散说的叙事,用于介绍故事的内容和情节;韵文部分为歌唱的歌词,主要用于人物的对话和抒情。其中以韵文为主散文为辅,且唱词具有独立的内容,并不是散文叙述的重复;而散文在叙述时,亦有抑扬顿挫、轻重缓急,听起来似有韵脚。唱词一般采用鲁体民歌或自由体民歌的形式,呈多段体,每段句子数目不等,每句一般为七个或八个音节,也有个别例外。唱词中含有大量的民间谚语、汇集了藏语言中最有生命力的词汇,通俗易懂、优美朴素,使唱词的语言生动、活泼、丰富,具有强烈的感染力。其中以刻画珠牡形象的唱词最为典型。似乎千百年来,藏族人民已将人世间一切最美好的赞颂之词都献给了珠牡这一个人物,倾注着无限的爱心。描画她美貌的唱词如:

你绯红的双颊比彩虹艳,
口中的气息赛过百草香。
你洁白不变的面容像皎洁的月光照雪山,
你红颜不改的双颊似朱砂图章印珊瑚;
你丰满的双乳好像一对醉人的宝瓶,突出在坦荡的胸部,
你娇滴滴的双眼好似两颗圆圆的花玛瑙。
光明的太阳比起你来还嫌黯淡,
美丽的花朵也被夺取光彩。

这是一种正面的描画,还有通过北方魔王派出的反面角色黑老鸹之口,对珠牡形象的描述:

她前进一步,价值百匹好骏马,
她后退一步,价值百头好肥羊;
冬天她比太阳暖,
夏天她比柳荫凉;
遍体芳香赛花朵,
蜜蜂成群绕身旁。

又如其中的谚语唱词:

喇嘛降世若没有教化地,
善业的"庄稼"怎样收?

若不把众生来剃度，

那不过是黄毛野鸭落玉湖。

君王要使民安了，

如果为政没良策，

刑法再严谁拥戴？

没百姓拥戴怎治国？

在《格萨尔王传》的唱词中，无论是人物的描绘，还是藏语语言的运用，都显示了藏族文化的厚重、丰富。

其唱腔曲调繁多，一般多以演唱的内容命名，仅在号称以十八大宗、二十八中宗结构的《格萨尔王传》里，每一宗主要曲调选择一首，加在一起就有四十六首。如十八大宗的部名与主要曲调名为：

1. 玛燮礼宗〔弘扬正法之八调〕

2. 香雄珍珠宗〔颂珍珠串之调〕

3. 歇日水晶宗〔珊瑚成长调〕

4. 梅岭金宗〔神狮六吟调〕

5. 卡契松石宗〔怒狮声如霹雳调〕

6. 雪山丝绸宗〔雪山长丝调〕

7. 祝古铠甲宗〔威震四海六音调〕

8. 牟古骡宗〔聚千长兴调〕

9. 扎日药宗〔神吟经宗调〕

10. 楠铁宝藏宗〔铠甲金刚不变调〕

11. 犀岭金宗〔猛虎对峙大调〕

12. 雪山水晶宗〔取水晶调〕

13. 托日火宗〔猛虎如霹雳攻取调〕

14. 俄罗铠甲宗〔歼敌三千调〕

15. 汉地茶宗〔颂神大调〕

16. 蒙古马宗〔雄狮对峙不变调〕

17. 罗刹女焚尸宗〔风如霹雳击魔调〕

18. 印度经宗〔金帙的经调〕

又如二十八中宗与主要曲调名：

1. 托岭战争宗〔冰凛远扬调〕

2. 贝挝米宗〔霹雳震天调〕

3. 梅岭金宗〔海涛石旋调〕

4. 阿里金宗〔霹雳击石峰调〕

5. 外荣金宗〔名扬丝绸调〕

6. 保日玛瑙宗〔狮鬣发火调〕

7. 犀岭铠甲宗〔猛虎叫嚣九变调〕

8. 马康珊瑚宗〔杜鹃妙音七变调〕

9. 德格经宗〔金音神歌长调〕

10. 大鹏羽宗〔战旗招展调〕

11. 总管王水晶宗〔颤声长音调〕

12. 丹玛青稞宗〔塔拉声六变调〕

13. 尕德生铁宗〔玉龙寝宫调〕

14. 嘉察生铁宗〔海涛左旋调〕

15. 森达白螺虎豹宗〔威严狮子调〕

16. 晁同铁宗〔黄河漫流调〕

17. 丹玛箭宗〔发声六变调〕

18. 嘉察刀宗〔华标如霹雳调〕

19. 向雄药宗〔甘露长声调〕

20. 阿斯犏牛宗〔天府不尽之物调〕

21. 贝挝绵羊宗〔绵羊似绸调〕

22. 女罗刹山羊宗〔歌声如江河急泄调〕

23. 达莫金宗〔唱法六变的赛马调〕

24. 罗马铠甲宗〔我神雷霆所击调〕

25. 勒尺马宗〔大鹏红如火山调〕

26. 阿达鹿宗〔姜阿达回旋音长调〕

27. 犀岭战争宗〔金镜显形海旋调〕

28. 郭勾犬宗〔紫鹃五音调〕

反面人物四方魔鬼、大敌也有专用曲调，如鲁赞魔王唱的〔英雄虎啸调〕，霍尔白帐王唱的〔吃肉吮血调〕，姜沙旦王唱的〔杜鹃遥鸣调〕，辛尺女王唱的〔神音大俱调〕等。遗憾的是，上述所有曲调多已失传，仅留下了名字，但从文体上看，均为鲁体。

十五世纪时，藏族在文学方面，从文法到辞书的编写，蔚然成风。《格萨尔王传》，《米拉热巴传》，经过若干时代口头传授和增饰，在这时期被汇编成书。这两部佳作的广泛流传，大大地丰富了藏族人民的精神生活，而且都首先译成蒙古文，尤其是格萨尔王的故事，在蒙古的土壤上开花结果，又成为蒙古族文学史上的名著。

十八世纪以后，《格萨尔王传》更受到世人的重视，从史学、文学的角度被称作民间文

学的“英雄史诗”、“藏族的大百科全书”,研究者纷至沓来。国内对《格萨尔王传》的研究,始于久居青海的藏史学者松巴堪布·益西班觉尔(1704—1788);后又有康区宁玛教派大师米旁·朗杰嘉措活佛(1816—1942)进行研究;清康熙五十五年(第十二绕迥火猴年,1716),有蒙文七章本的《格萨尔王传》在北京出版。其后外国的研究者有:乾隆四十一年(第十三绕迥火猴年,1776)俄国的帕拉莱斯出版了俄文本《格萨尔的故事》;道光十九年(第十四绕迥土猪年,1839)俄国的思英迪特在彼得堡印行了蒙文本《格萨尔王传》,并译成德文出版;清光绪二十六年(第十五绕迥铁鼠年,1900)俄国的普查宁从青海搜去藏文手抄本《格萨尔王传》(今藏列宁格勒图书馆);光绪二十八年(第十五绕迥水虎年,1902)法国佛兰克从藏西北搜去藏文手抄本,于光绪三十一年(第十五绕迥木蛇年,1905)用藏、英文本对照,在印度加尔各答出版了《格萨尔王本事》;二十世纪二十年代,法国亚历山大·达维德尼丽(女,时十八岁)在青海拜藏民永格登为义父,记录了藏族艺人说唱的部分《格萨尔王传》于民国二十年(第十六绕迥铁羊年,1931)用法文在巴黎出版。此外,还有多位外国人在青海、西藏收集《格萨尔王传》手抄本进行研究,并翻译成多种文字出版,藏族文化由此受到了世界的注视。我国国内的学者从二十世纪三十年代起有任乃强等的《藏三国初步介绍》、《关于藏三国》等研究《格萨尔王传》的著作问世。这一现象从另一个方面证明,《格萨尔王传》早有手抄本,且不仅在西藏地区,而且在青海藏区,在蒙古族中均有流传,它不仅是藏民族的文化瑰宝,也与蒙古民族的文化有着密切的联系,也说明岭仲艺术的感人魅力。

民国时期,始有岭仲艺人的记载,最著名者是扎巴(1906—),扎巴演唱最精彩的是《英雄诞生》之部,以情节生动曲折、内容丰富为特征。此与他本身经历有关。据他自己后来讲,他一生中几乎朝拜了西藏所有著名的神山和神湖,游历了诸多名胜古迹。他曾三次朝拜过地处边境山高路险的扎日神山;到过拉萨、日喀则、江孜、琼杰、乃东、萨迦等古城;还从后藏沿喜马拉雅山到阿里地区,朝拜过岗底斯山和玛旁雍措湖。他胸中装有家乡的山河湖泊,以及游历中丰富的体验与感受,并将它们融入岭仲的演唱里,使得演唱风格雄壮浑厚、豪放深沉。年龄较扎西小一些的还有卡泽扎巴·阿旺江措(1913—),原籍类乌齐县。自幼随父在类乌齐寺学经,十三岁开始先后写有《格萨尔王传》中的八部书,自称能写出三十二部。与他们年龄相仿的还有阿达尔(1907—),那曲县人,会唱《格萨尔王传》中的四十四部;曲巴(1904—),普兰县人,会唱《格萨尔王传》中的四部。

中华人民共和国成立后,西藏经历了和平解放,平叛改革,“文化大革命”,改革开放几个阶段,对岭仲的研究、认识与发展是一个逐步前进的过程。1951年(第十六绕迥铁兔年)西藏获得和平解放后,岭仲艺术与艺人仍沿着过去的状态生存。法国学者石泰安则于1956年(第十六绕迥火猴年)在巴黎出版了《林土司本西藏的格萨尔王传》(又名《岭地喇嘛教版本的西藏格萨尔史诗》);1959年(第十六绕迥土猪年)石泰安发表了他的博士论文

《格萨尔史诗和说唱艺人》(后翻译成汉语的书名为《西藏史诗与说唱艺人的研究》),将前人单纯从史学、文学的研究拓展到说唱史诗的艺人的研究。与其时间相似,国内学者对岭仲的研究始于青海省民间文学研究会,二十世纪五十年代,为向国庆十周年献礼,他们在青海、四川、西藏的藏区对《格萨尔王传》手抄本、文物进行了搜集整理,此项工作一直延续到六十年代初。这些研究有从史学角度考证格萨尔其人其事;有从文学角度研究长篇史诗的文学价值;进而又有从人类文化学的角度,开始了对岭仲——说唱与传承《格萨尔王传》的艺人的研究。

"文化大革命"期间,《格萨尔王传》手抄本多被焚毁,艺人的演唱被禁止,以此为生的仲肯们失去了求生的门路,有的转做他业,有的沦为乞丐。

岭仲的新生始于中国共产党十一届三中全会以后。二十世纪八十年代初,在西藏对岭仲及其曲目《格萨尔王传》开始了全面研究,此时的研究工作不再是专家学者的个人行为,它已成为有组织、有计划、有步骤地抢救民族文化遗产的国家行为。

1978年(第十六绕迥土马年),西藏自治区出版局齐美多吉,整理刊印了西藏第一部《格萨尔王传》铅印本。1979年(第十六绕迥土羊年)元旦,从林芝到拉萨治病的仲肯扎巴老人,被西藏师范学院(西藏大学的前身)藏史研究组请到学院,学院成立了抢救小组,并拨出经费和录音设备,到扎巴老人的住地林芝公路养路段,开始了《格萨尔王传》的录音抢救工作。这项工作很快又得到社会科学院的积极赞助。

1980年(第十六绕迥铁猴年)2月上旬,西藏自治区宣传部召集自治区的文化局(自治区文化厅的前身)、出版局、师范学院、社会科学院、文联、西藏日报、广播电台以及部分上层人士,举行了两次座谈会,介绍了兄弟省、区的抢救情况,研究讨论和制定了西藏自治区关于《格萨尔王传》的抢救方案。会后,宣传部向自治区党委上报了《关于抢救藏族史诗〈格萨尔王传〉的报告》。4月,区党委批准了宣传部的报告,并发文再次强调了这项工作的价值、意义及所占的重要地位。并指示各有关部门要用发通知、写文章、登报、广播等各种方式,为《格萨尔王传》及众多受难的艺人平反。同时立即成立编制为十五人,从宣传部、文联、出版局、社会科学院、师范学院等单位抽调人员,组成由文联代管的抢救、整理《格萨尔王传》的领导小组,抢救经费单独核算,由财政拨款。当时自治区财政厅拨给了足够的经费,有了专车和粮食补贴;在那曲建立了抢救点,集中艺人,录制资料;山南成立了抢救领导小组;昌都、阿里地区也非常重视这一工作。

1983年(第十六绕迥水猪年),《格萨尔王传》抢救工作被列为全国哲学、社会科学规划的"六五"跨"七五"、"八五"的重点项目,成立了全国《格萨尔王传》工作领导小组暨常设机构《格萨尔王传》办公室。1984年(第十六绕迥木鼠年)3月,按照中央精神,西藏《格萨尔王传》抢救领导小组改为抢救办公室,划归西藏自治区社会科学院领导。至此,掀起了一个全国性的普查、抢救《格萨尔王传》的高潮。

1984年8月，全国《格萨尔王传》工作领导小组和西藏自治区有关单位联合，在高原古城拉萨召开了全国七省区《格萨尔王传》民间说唱艺人演唱会，到会的代表包括北京代表在内共五十六人，其中民间的仲肯（说唱艺人）三十四名。会议期间，组织进行了七省区艺人的演唱录音、经验交流、专家学者的学术研讨等活动。这在藏族历史上是第一次。会议期间，西藏格萨尔抢救办公室为在抢救工作中做出突出贡献，已经录制完一部《格萨尔王传》的七十九岁高龄的扎巴老人祝寿，表彰了他在抢救民族传统文化遗产工作中所做出的巨大贡献。这大大鼓励了全体参加演唱会说唱艺人的积极性，激发了他们对参加抢救工作的自豪感，使他们感到他们的劳动受到了社会的尊重。1985年9月，经有关部门批准，授予扎巴老人和女仲肯玉梅“文学演唱家”称号，享受中级知识分子待遇。这标志着西藏曲艺艺人在社会地位发生了根本性的变化，也标志着西藏的曲艺艺术得到了各方面的关爱，为它的继续发展奠定了一个更加坚实的基础。



在这过程中，经西藏自治区格萨尔抢救办公室等各方面的努力，对岭仲及其曲目《格萨尔王传》的研究与收集、整理工作已大见成效。据不完全统计，已搜集、整理、出版藏文版的《岭仲·格萨尔》六十一部；汉文翻译出版十六部；搜集刻本、手抄本约三百部；初步记录、整理艺人说唱本百余部；录制艺人演唱实况磁带四千多盘，约合两千万字，其中扎巴老人的录音，约合五百三十万字。同时录制了一批重要录像资料。

1985年，在搜集整理资料的过程中，对西藏当地的岭仲艺人——仲肯的状况也做了较全面的调查。在调查中，共发现群众公认的、能演唱几个整部的仲肯三十九人，他们分布在辽阔的三大牧区和拉萨市，其中包括有：

扎巴：八十岁，原籍边巴县。小时候家庭生活尚属富裕，后破产，流浪到工布地区，以说唱岭仲为生，后又到拉萨为朗杰扎仓、功德林演唱。在众多仲肯中，他是影响很大的一位，并属于“包仲”（即指艺人说唱的故事，是由神仙传授的，又称“神授”）。他自报会演唱《格萨尔王传》中的四十三部。

玉梅：女，二十七岁，索县绒布区热都人。父亲郭波·罗达尔是当地著名的仲肯（？—1972），属“包仲”。她在生活中是一个文静腼腆的人，但在演唱时像换了一个人，表情十分丰富。伴随着故事情节的变化，或惊，或险，或赞，或叹，或褒，或贬，或嗔，或怒各种感情色彩反复变化，有极强的表现力。玉梅自报能说唱七十部。

桑珠：六十岁。祖父、父亲皆喜唱《格萨尔王传》但均未成名。十三岁开始演唱，流浪于

康区、察隅、山南、拉萨一带，民主改革后在墨竹工卡落户，属“包仲”。以《英雄诞生》、《汉岭日月争辉》独具特色，其“拉岭”、“绒岭”、“赛马”和“八十英雄赞”唱得最好。演唱特点是充满激情，如醉如痴、如颠如狂。会唱十八大宗和十小宗。

卡泽扎巴·阿旺江措：七十三岁，类乌齐县甲桑卡区达奇人。父亲是类乌齐寺的支寺央极拉章的阿聂卡泽喇嘛之子，名卡泽笛笛。他所以叫“卡泽扎巴”是因为“扎巴”是“圆光者”的意思，阿旺江措才是他的名字。幼年随父在寺内学经，十一岁即会“圆光”（看着铜镜占卜凶吉），且誉满昌都。十三岁时看着铜镜抄录《格萨尔王传》，所抄八部“文化大革命”初被焚毁，又抄八部，1974 年被发觉，被查抄焚毁四部，自己藏起四部，1981 年藏起的四部交给了“抢救工作组”。自报能抄写三十二部，抄录的办法是他面对铜镜“圆光”，念出来由其子记录。这又被称为“圆光”艺人。

鲁珠：二十七岁，昌都江达县望布顶区卓格人。会唱十八大宗和十小宗。

才杰：六十三岁，芒康县绒米区旦巴乡人。据他自己说，1947 年二十五岁时，到绒卡瓦嘎波山朝佛，大病一场，病好后便会说唱《格萨尔王传》了。他有一顶“仲夏”（故事帽），只要往头上一戴，便可滔滔不绝地演唱。“文化大革命”中，他的妻子怕他因说唱遭祸，烧了他的故事帽。其后，手中必拿一张纸或小本子方能演唱。会唱大、小宗十六部。

阿觉班丹：四十六岁，江达县孜嘎区孜噶人。父扎西顿珠（？—1949）是当地有名的仲肯。他十九岁时开始演唱，逐步学会了七部。平叛时被捕入狱，1981 年元月获释回家。他唱的《朗如金子》是独家所有，出狱后写完送给“抢救工作组”。

西绕丹增：四十八岁，贡觉县拉甲区卡曲古杂村人。白教活佛。写过一部《玛岭之战》。

绷琼·扎朗：四十三岁，贡觉县曲登冲人。自称小时听人说唱，渐渐地自己也会说了。别人称他为“包仲”，他却说是学来的，会唱四部。

塔新：江达县岗托区人。表演形式为看书演唱。他嗓音特别好，四川人民广播电台曾请他前去演唱，很受群众欢迎。

阿达尔：七十九岁，那曲县日木人。会唱四十四部。

勇珠：六十一岁，班戈县青龙区琼学乡人。会唱十九部。

曲扎：三十一岁，索县绒布曲热都人。十三岁开始学唱，二十三岁开始学藏文，在地区师范训练班学习过，任过小学教师。能说唱二十九部。

赤列尼玛：嘉黎县牛屋区人。当地有名的仲肯，能自唱自写。

次旺居美：六十六岁，巴青县本索区崩塔人。属猴，人称“纳达”。原为生产队长，因说唱被免职。常去青海地区演唱，会唱十四部。

平措伦珠：四十八岁，日土县日松区奎巴人。父为老仲肯。自称，十三岁朝拜岗底斯雪山圣地，梦见格萨尔，二十五岁开始演唱。1983 年在阿里地区获表演奖，会唱二十七部。

尼玛：六十六岁，安多县扎萨区岗尼人。能有系统地演唱。

阿龚:安多县多玛区措龙人。会唱十多部。

多钦:七十余岁,班戈县青龙区色措五队人。舅舅会唱《格萨尔王传》。多钦会降神,能医药,写过一麻袋格萨尔,“文化大革命”中烧掉。

古琼达:比如县色扎区彭宗人。幼时会降神,“包仲”。

格多:二十多岁,安多县东巧区江木人。父名巴登江八,是位仲肯。他会唱十多部。

罗桑边巴:又称阿觉罗桑。六十一岁,日土县日土区日土人。会唱两个片断。

曲巴:八十二岁,普兰县巴噶区人。会唱四个片断。

顿珠次仁:四十八岁,普兰县帮日人。会唱三部。

多吉:六十岁,噶尔县门土区人。会唱两部。

扎西:四十八岁,普兰县池底人。因有肾炎,现难以演唱。

朱底:四十八岁,普兰县霍尔区人。会的不多。

贡嘎曲杰:日土县日土区维江人。会唱一部。

扎布:巴青县本索区蹦尼人。

多格:安多县东巧区江木人。

夏聂:四十岁,八宿县唐噶区人。

扎巴森格:江达县同普区白唐人。

日噶多吉:昌都县托坝区恩日人。

白玛多吉:察雅县旺达区康马多人。

白马杰布:察雅县科达区科多人。

达巴扎巴:昌都县日都区人。

日噶多杰:昌都县托坝区恩日人。

扎阿:江达县卡贡区色扎人。

扎西索朗:类乌齐县则桑则龙生产队人。

由于西藏地域辽阔,交通不便,尚有半数以上的地区艺人情况未得到全面了解,上述情况仅为西藏岭仲艺人的一个概况。

在这过程中,对岭仲曲目《格萨尔王传》的整体结构也进行了一次梳理,鉴于每个岭仲艺人都有一部仅属于他自己的《格萨尔王传》,每个岭仲艺人所演唱篇部的划分,篇部的名称也多有不一致的地方,因此梳理曲目也是一件极其艰难的工作。在归纳过程中,基本认定较规范的或者较完整的《格萨尔王传》,应包括十八大宗、七中宗、四小宗,再加上《天岭占卜九藏》、《地狱完结》共分三十一部。其目录如下:

十八大宗

1.《降生史》

2.《降服魔王》

3.《霍岭大战》

4.《姜岭大战》

5.《门岭大战》

6.《大食财宗》

7.《上索波马宗和下索波变器宗》

8.《兆阿扎勒子宗和阿扎勒子宗》

9.《兆奇乳珊瑚宗》

10.《大契松石宗》

11.《朱古武器宗》

12.《香雄珍珠宗》

13.《雪山水晶宗》

14.《白热山羊宗》

15.《措米努绸缎宗》

16.《东莫桂马宗》

17.《甲岭》

18.《乌斯茶宗》

七中宗

19.《野兽敌宗》

20.《东斯玛马宗》

21.《西宁马宗》

22.《米娘金子宗》

23.《丹马青稞宗》

24.《霍齐巴山羊宗》

25.《松巴犏牛宗》

四小宗

26.《地神宗》

27.《尼婆罗羊宗》

28.《米娘药宗》

29.《阿赛盔甲宗》

30.《天岭占卜九藏》

31.《地狱完结》

但是,这一规范与艺人演唱的各部名称的习惯称谓,尚有许多不相一致的地方,也难求得完全一致。

到1985年止，岭仲艺人的调查、岭仲曲目《格萨尔王传》的研究还是刚刚起步，对于其部数、篇名，包括格萨尔是否真实的历史人物、它的作者、作品产生年代等等都还在进一步研讨之中。

仲 谐 即故事说唱。“仲”指故事，用西藏民间谐体民歌演唱的故事称“仲谐”，演唱的艺人称“仲巴”。

仲谐的源头，是苯教时期在雪域高原广泛流传的民间故事。据《藏王遗教》载，早在两千多年以前，藏族社会的苯教时期，西藏就流传着许多优美动人的传说故事。当时流传的有《起尸和炼金的故事》、《玛桑的故事》、《麻雀的故事》、《青稞种子的来历》、《七兄弟星》、《猕猴变人》、《茶和盐的故事》、《桔子姑娘》、《青蛙骑手》、《小朗昂姑娘》、《国王的女婿》等等。这些传说故事反映了苯教时期藏族人民对世界万物的认识，也反映了当时藏族人民的生产活动。它们所涉及的内容包括了野兽的驯化、农耕的起源、畜牧的起源、工艺技能的发明、对疾病的认识等各个方面。讲述了藏族群众在古代严酷生存环境下与自然的斗争；反映了藏族社会从原始社会向奴隶社会过渡发展的现实；清晰地描述了在西藏雅隆河谷地区藏族人民的繁衍和发展，从一个侧面记录了雪域高原藏民族起源发展的历史。在藏族民众的生活中，这些传说故事是他们认识世界、记录藏族发展历史、表达他们思想情感、赞颂真善美、鞭笞假恶丑，使生活丰富多彩的重要组成部分。而对于当时“仲(传说故事)、德乌(猜谜巫术)、苯教”三位一体的统治者来说，无论是所讲的故事还是所讲的谜语，都是用来巩固其统治为目的。

西藏进入松赞干布至吐蕃崩溃和分裂割据时期，以佛教的兴起、文字的产生为标志的藏族文化得到迅速发展，桑耶寺志《巴协》关于桑耶寺开光大典众艺人各种歌舞技艺的表演的记载，证明当时西藏的说唱、舞蹈、杂技、魔术已有了极大的发展。这促成了用谐体民歌演唱民间故事的曲艺艺人“仲巴”，和曲艺表演形式“仲谐”的产生。仲巴们除说唱苯教时期的《起尸和炼金的故事》、《玛桑的故事》、《麻雀的故事》、《青稞种子的来历》、《猕猴变人》、《茶和盐的故事》、《桔子姑娘》、《青蛙骑手》、《小朗昂姑娘》、《国王的女婿》等故事外，还有据史实编唱的《藏王求婚》、《迎请文成公主》、《迎请金城公主》、《止贡赞普》、《松赞干布和卧塘》、《赤松德赞与苯教》、《剪除朗达玛》等等。仲谐的发展也得益于佛教讲经活动的发展。公元八世纪末，唐王朝曾派高僧文素、良琇二人到西藏讲经布道，讲唱经文得到极大发展，许多佛经故事也应运而生。如《诺桑法王》、《苏吉尼玛》、《顿月顿珠》等后来成为喇嘛玛尼的主要曲目，进而又成为藏戏的剧目的故事，是直接来自佛经《如意藤》里的故事。

当时西藏佛教的高僧大德，十分重视用各种通俗的故事宣扬佛教教义，为此对许多故事中的人物赋予固定的脸谱，对故事发生的时间地点都有明确的说明，如《长寿王》、《十奢王》、《月光国王》等；有些故事中的主角是动物的外貌，说的是人类的语言，做的是人类的事情，如《鹿王》、《猕猴王》、《大象舍身救人》等。所有这些故事宣讲的都是一种思想，即人

的富贵荣辱、苦乐祸福，都是由前世的业力所决定的；今生的行善与作恶，又决定着来世的幸福与痛苦。为此仲谐的许多曲目被用文字记载下来进入了经卷，并增加了佛教教义的宣讲。如《萨迦格言释文》中有五十一个故事，《甘丹格言释文》中有七十一个故事。而在被认为是著名的藏文史书，如《西藏王统记》、《贤者喜宴》、《青史》、《红史》等著作中，都记有许多仲巴演唱的故事。

在漫长的历史岁月里，藏族百姓最喜欢在劳动后休息时，在艰苦的朝圣路上歇息时，听唱优美的传说故事，这为单调的生活增添了无限的欢乐，为他们追求来世的幸福增添了无限的光明。为此，听仲巴的演唱，他们常常忘了吃饭、忘了睡觉。仲巴有职业的，也有工匠、牧民、巫师、喇嘛兼职的，还有捻着毛线的老妇人说唱的。从我们今天收集到的曲本看，其中许多美妙的语言说明，在历代的仲巴中间，有许多天才的说唱家，遗憾的是没有关于他们姓名、活动的记载。仲谐的演唱多是将仲巴请到家中，一讲就是几个夜晚。或者是在朝圣的途中，仲巴与朝圣者同行，一天的行程结束，无论是露宿山野还是借宿民宅，仲谐的演唱也就开始了。而在寺庙，据《青史》载，至十一世纪，西藏已出现了讲说学院，培养出一大批善说者和善唱者，在拉萨、桑耶寺等地游走说唱的僧人中间，唱得好的“善巧者”有二万三千人，唱得差一些的还有两千一百人。他们的身份是喇嘛，但他们实际又是说唱艺人、或称游吟诗人。在分裂割据时期，尤其是苯教与佛教斗争最激烈的地方，有的佛教寺庙僧众已无法安身，云游各地讲唱故事就是他们邀布施的求生之道，仲谐在这过程中得到发展，同时也弘扬了佛法。在分裂割据时期，伴随着不停的战乱及教派争斗，人心思定，人们希望能有救世的君主出现。为此，在仲谐的曲目中便出现了有关《格萨尔王传》的早期曲目，如《天岭卜筮》、《英雄诞生》、《赛马称王》、《北地降魔》、《霍岭大战》、《安定三界》等等，这些曲目的出现，为后世“岭仲”艺术的产生奠定了基础，是仲谐孕育了岭仲艺术，催发了《格萨尔王传》的产生。

萨迦地方政权至噶丹颇章地方政权时期，伴随着藏传佛教的发展和统治地位的巩固，一批充满智慧的高僧大德陆续出现，在仲谐的曲目中又出现了一批歌颂他们的业绩，赞美他们的智慧，记录他们生平的故事。这些高僧大德都曾深刻地影响了西藏社会的发展。他们去世后，尤其是到了噶丹颇章地方政权时期，出现了一批以他们生平事迹为内容的仲谐曲目，如《莲花生的故事》、《宗喀巴的故事》、《八思巴的故事》、《米拉日巴传》、《唐东杰布传》、《萨迦班智达传》、《颇罗鼐传》、《多仁班智达传》、《五世达赖传》、《六世达赖秘传》等等。同时，一批反映藏族人民生活的新故事以及历史传说，也丰富到仲谐曲目中来。如《茶和瓷碗传入西藏的故事》、《修建桑耶寺的故事》、《昌珠寺的传说》、《牦牛河的传说》、《甘丹寺经堂大柱子的传说》、《堆青年拉的传说》等。

在仲谐曲目中尽管多数曲目均具有浓厚的宗教色彩，但仍有部分曲目属于民间的，以歌颂人的真善美、鞭笞假恶丑为主的曲目，其中爱情题材曲目占有很大比重，也有许多活

泼风趣的小故事，如《金项王子和银圈公主》、《山神的马夫和牧羊姑娘》、《青年阿美曲穷》、《公牛怀孕》、《铁匠明珠托央》、《少年俄力崩和姑娘次玛米》、《说唱大哥》、《老爷和奴隶》、《活佛算卦》、《姑娘卓朵措姆》、《金童子和香香嘎拉姑娘》以及《回声》等等。

仲谐音乐是在藏族各地流传的民间歌曲、牧歌、山歌的基础上，并吸收藏戏唱腔音乐融合发展而成的。其唱腔曲调繁多，有的有曲调名，如〔怀念歌〕；有许多无曲调名，有的曲调名用的就是曲目的名称。其曲调有后藏牧区民歌的那种较为严整的四句体民歌结构，也有类似前藏牧区牧歌自由的散唱结构。

仲谐的文体为散韵相间，有极少数为全用散文或全用韵文的曲目。在散韵相间体曲目中，散文用于叙事、韵文用于代言。韵文唱词每句以六字、七字、八字为常见。一般情况下，六字较多，这与藏族民歌结构有很大关系，尤其是与六字四段体的"夏洛卡"几乎无区别。其唱腔的特点是易听、易记、易唱。

中华人民共和国成立后，尤其在平叛胜利和民主改革开始后，随着折嘎、喇嘛玛尼等传统曲艺艺术的逐渐繁荣，藏语相声、扎年弹唱等曲艺新形式的创造，仲谐这种古老的藏族曲艺艺术也开始了新生，尤其是进入二十世纪八十年代后，西藏自治区的专业曲艺演出团体——拉萨市歌舞团曲艺队，也有了仲谐这一古老曲种的表演。由米玛改编演出的仲谐《尼曲桑布》，在 1982 年文化部主办的、在江苏省苏州市举行的全国曲艺优秀节目（南方片）观摩演出大会上，获改编、演出二等奖（在参加演出的节目单上称"故事"）。在大会的评论中，称"《尼曲桑布》暴露了残暴愚蠢的国王，赞美和同情劳动百姓，敢于并且机智地嘲弄了恶人的尼曲桑布。有独特的民族风格，演员表演自然，神态逼真。"米玛在继承仲谐传统表演特色的基础上所作的创新，为古老的仲谐在新时代的发展走出了一条新路。

古尔鲁　藏族曲种古尔鲁源于西藏的民歌，后传入宫廷成为记载君王、大臣对话的一种文体；高僧用它宣讲教义；僧众们用它演唱佛教故事以弘扬佛法，并留下了许多名篇。已知用古尔鲁演唱佛教故事的有十五世纪葛举派高僧藏年黑如嘎所编写的《米拉日巴古尔鲁》，此后有许多高僧撰写过各种各样的古尔鲁故事。与宫廷古尔鲁发展的同时，民间的古尔鲁演唱一直在发展着。

早期民间歌曲的古尔鲁是藏民祭祀天神、祈求神灵帮助所唱的歌，后渐渐延伸到将士出征、婚庆吉日、民俗节日演唱的歌。歌词的都是赞颂天神、祈求平安的内容。在苯教时期被统治者采用，敦煌石窟遗书中，就有用古藏文记录下来的二世纪到六世纪的民歌。

七世纪开始，源于民间歌曲的古尔鲁已在藏族的统治者中流传，并成为记录重大历史事件的一种文体，甚至君王对话都采用民歌古尔鲁的形式。据敦煌文献记载，布代贡杰时期，已有古尔鲁流传。直贡赞普被害之后，其子唱的就是《阿瓦尼帮瓦尼》之古尔鲁；朗日松赞时期（610—629），琼布崩色砍了藏王玛姆的头后，在君臣参加的庆功宴上唱的也是《盟嘎尼达其巴》之古尔鲁。在苏毗部落大臣韦・义策与娘・曾古归顺松赞干布祖父日聂司后

的回归路上，娘·曾古的讲话也是用古尔鲁文体记录的。如娘·曾古唱：

汤文大河之岸，

雅鲁藏布对岸；

有一人，人之子，

实乃天神之嗣；

唯天子方能驾驭，

唯鞍鞯才能驮运。

当地百姓发现了他们后唱：

杰出坐骑骏马，

白昼藏于猪林，

夜晚潜行堡寨，

敌人乎？友人乎？

此间，早期的古尔鲁仍延续以前的用法，《敦煌本吐蕃历史文书》载有赤松德赞发现大臣心生反叛，妄图夺权后，抒发其满腔愤怒的古尔鲁。如：

地上蟑螂虫，

都像飞鸟那样骄傲。

想飞到天上者哩，

飞吧！

它又没有翅膀，

即便有翱翔的翅膀，

青青苍天是很高的，

云朵也飞越不过。

往上，上不了天，

往下，下不了地，

在那不高不低的中间，

变成了鹞鹰的点心。

七、八世纪藏文遗书中始有宫廷“作歌作乐”的记载，《五部遗教·国王篇》记有一首长歌，唱出的歌名就有二十七种，如国王唱的《玉殿金座吉祥歌》、大王子唱的《世间救度母》、二王子唱的《雄师显威风》等。

十一世纪时，随着古尔鲁被佛教用来宣传教义，民间古尔鲁和宗教古尔鲁终于分流。关于宗教古尔鲁，《恰当强巴曲达文集》前言中说，前弘期在桑耶钦浦有二十五大圣，拉萨的叶尔巴有百余大圣，洛扎卡文曲有二十一个大圣，白勒曲吾日山有三十五个大圣。他们创作的《金刚古尔》其内容之丰富，数量之多，是我们当代人不能想象的。而到了后弘期则

以《尊者米拉日巴古尔鲁》最著名。尊者米拉日巴(1040—1123)生于后藏贡塘地区,他一生所处的时代,部落间的连年战争严重破坏了社会经济的发展,灾荒病疫四处蔓延,社会极为动荡。作为藏传佛教十一世纪中后期新兴的噶举派高僧,他总结了吐蕃末期佛教因在西藏没有群众基础而导致失败的教训,采用在苯教时期就已在民间广泛流传的古尔鲁说唱宣传莲花生的事迹,宣传人生苦海,世事无常,超脱轮回等佛教教义。他唱着古尔鲁在雪域各地传教,在山洞中修行。对神明的坚定信仰决定了他把幸福寄托于来世,因他在讲唱经文时常常会引人发笑,故名"笑金刚"。他把宗教古尔鲁推向了高峰,古尔鲁的说唱也因他的提倡,得到了迅速发展。并在这过程中将他的教派发展成为拥有四大系、八小系的规模。当时,出现了一批著述和说唱古尔鲁的高僧大德,先后为马尔巴(1012—1097)、噶举派的印度祖师纳若巴(1016—1100)、尊者米拉日巴、达波噶举派的创始人达波拉杰(本名索朗仁青,1079—1153)、日琼巴(1084—1161)、穹仓巴、玛吉俄角、祥释师・卓瓦滚布、达热勋人、强色・索朗坚赞、玛吉仁玛、法王・色吉坚赞、屯夏巴・仁钦嘉措、法王・曲扎巴等等。



前弘期,"古尔"与"鲁"意义相同,宗教古尔鲁,有时称作"古尔",有时称作"鲁"。比如《丹珠尔》中的道歌,就时而称作"古尔",时而称作"鲁"。《大印经教授金刚秘女道歌》、《金刚女道歌》、《金刚秘女道歌》、《金刚女言歌》,与敦煌文献中的君臣古尔鲁也能证明当时的"古尔"与"鲁"是同义词。到了后弘期,"古尔"与"鲁"的意义发生了变化,"古尔"成为"鲁"的敬意词,"古尔"专指宗教意义上的道歌,"鲁"则专指民间流传的歌谣。这样,由最初"古尔"和"鲁"不分,发展为两者并用的习惯。但在实际应用中还有不同的变化,如为顺口,加上一个后缀称"古尔玛";不表敬意和僧俗之别,称僧人演唱的为"古尔鲁"或"乃古尔";表示某种坚不可破的古尔鲁为"金刚鲁";为表其数量之多,也有称"古尔波姆"等等。

十五世纪,自幼崇拜米拉日巴的桑杰坚参(1452—1507),以米拉日巴为楷模潜心苦修,不辞千辛万苦,跋山涉水,伸张噶举派势力,与此同时,也搜集、整理了一部完整的《尊者米拉日巴古尔鲁》说唱集,全书共六十一章,长短古尔鲁三百八十四首,其中有六十二首是米拉日巴的门人、信徒、施主或前来为害的"神鬼"所说唱的歌。其文体散韵相间,散韵并茂。

随着西藏社会的发展,在桑杰坚参之后又出现了许许多多较有影响的古尔鲁专著。如:《至尊多罗那他教言道情歌集》(1575—1633)、《修心古尔念梵天之声》(1708—1757)、

丹白尊美著《报答父母之恩，为死者吟诵嘛尼之古尔央》(1717—1786)、《吉美旺布论教言古尔》(1728—1791)、格桑加措著《松古尔教诲》、热强姆加布贡等著《教言道情歌集》(帕崩岗)、珠巴贡钦白嘎尔著《白莲花金刚歌集》、恰当强巴著《六聚避世者自我解脱歌》等。其中最著名的是《尊者米拉日巴古尔鲁》。

古尔鲁音乐是在藏族民歌古尔鲁，与宫廷歌曲的古尔鲁基础上发展起来的。古尔鲁音乐属谐体民歌，唱腔结构多为四句、六句体，有五声音阶徵调式、五声音阶商调式多种变化。总的说来古尔鲁唱腔旋律流畅、抒情，节拍规整。

堆巴谐巴　又称祝颂赞词。流传在西藏民间的一种说唱艺术，唐代的松赞干布时期已渐成熟。"堆巴"意为祝颂，是从藏族民谣、诗歌中逐渐衍化出来的："谐巴"是从民俗活动中产生出来的，一种以赞美与颂扬为目的的赞词。



这种民间流行的说唱艺术在藏王赤松德赞时期(815—857)传入宫廷，据桑耶寺志《巴协》记载，在桑耶寺落成大典上，国王对桑耶寺的赞词就是用"谐巴"文体记录的，如：

我的三样桑耶神殿，
用各种宝贝来装扮，
决非为人工巧雕凿，
天赐之作谁不惊叹！
东边的三座神佛殿，
用五种宝贝来修建，
模样像整个东胜洲，
天然自成实在壮观。
南边的三座神佛殿，
用五种宝贝来修建，
模样像整个瞻部洲，
天然自成实在壮观。
西边的三座神佛殿，
用五种宝贝来修建，
模样像整个牛货洲，

天然自成实在壮观。
上下的两座神佛殿，
如同日月排两边；
三位王妃的神佛殿，
好似玉石蔓扎装点。
我这座雪白的佛塔，
就如白海螺绕右旋；
我这座赤红的佛塔，
好似那熊熊的火焰；
我这座湛蓝的佛塔，
好像玉石的擎天柱；
我这座乌黑的佛塔，
则如那铁撅插地里。
全寺如仙景降人间，
宏伟辉煌个个夸赞，
看一眼令人乐开怀，
想一想一生得平安。

在国王赞美完了之后，是王子牟尼赞普、牟笛赞普以及众王妃、众大臣的赞颂。这是对物的佛塔的赞词。在《莲花生与喀钦措杰》的传说里，有对人的赞颂，如释迦特瓦拜见王妃，被王妃喀钦措杰的美貌惊呆时唱道：

喀钦措杰真漂亮，
好像一朵青莲花；
眼似胡麻花结子，
又大又圆水汪汪；
前额似一新月挂，
双眉细长如弯弓；
鼻子似那珠宝串，
两颊白里透红光；
牙齿雪白如海螺，
嘴唇红，似樱桃；
双乳高耸如宝瓶，
细腰扭动如响铃；
臀部丰满似草山，

双手纤纤似翅膀；

小腿浑圆又光滑，

身姿窈窕如修竹，

声音委婉如百灵。

不胖不瘦正合适，

不高不矮正相当，

犹如画中的天仙，

世间如何能寻觅？

嫁予大师结夫妻，

在地即为连理枝，

在天即为比翼鸟。

又如娘囊卓浦自从进谒喇嘛至尊米拉日巴，得到送行护佑以来，从无儿无女的老夫妇赠送绿松宝石，到日琼巴女弟子们在乞食化缘的谷物上插彩箭，又对日琼巴产生极大的敬仰。他在向日琼巴与尊者米拉日巴谒见时唱的则是吉祥祝词属“堆巴”的文体，如：

向着恩师做祈祷，

我作传承有两宝。

不分亲疏愿吉祥，

祝愿吉祥更吉祥！

深奥秘诀之捷道，

切莫迷途愿吉祥，

祝愿吉祥更吉祥！

喇嘛释师玛尔巴，

要义深邃具吉祥，

祝愿吉祥更吉祥！

本尊喇嘛空行佛，

加持悉地具吉祥，

祝愿吉祥更吉祥！

云集喇嘛众高士，

敬信誓约具吉祥，

祝愿吉祥更吉祥！

远近施主众乡亲，

顺缘积德具吉祥，

祝愿吉祥更吉祥！

一切宿愿和行为，
彻底利他具吉祥，
祝愿吉祥更吉祥！
生死流传之鬼神，
奢望贪求具吉祥，
祝愿吉祥更吉祥！
天界人界垒环式，
祝愿圆满具吉祥，
愿得吉祥更吉祥。

最著名的是八思巴于元至元十一年(第五绕迥木狗年，1274)，敬献给忽必烈的《祝词》，其中的文字继承了“堆巴”的语言技巧，并将“堆巴”的祝颂技巧发挥到了极至。

堆巴谐巴与藏民族的生活有着密切的联系。仅婚礼时说讲的谐巴就有新郎赞、新娘赞、阿爸赞、阿妈赞、长辈赞、伴娘赞、媒人赞、房子赞、房门赞、房柱赞、房顶赞、台阶赞、经杆赞、桌子赞、瓷杯赞、酒坛赞、哈达赞、切玛赞、彩箭赞、礼品赞、美酒赞、香茶赞、客人赞等等。谐巴的内容包括风土人情，衣食住行，对各种人物的赞美；同时，也包括有对历史的叙述，对生活的祝福，对人类活动、人文景观、江河山林的描绘。谐巴要求对赞美对象的历史与现状进行绘声绘色、活灵活现的艺术加工，表演有单口、群口之分，曲目除有一些固定的唱段外，多为即兴创作。它对藏族另一曲种折嘎的形成发展有较大的影响。“堆巴”祝颂的内容十分丰富，所涉及的生活面极广，除对达官贵人、活佛、高僧、长辈、亲朋好友等人的祝颂外，还有对人间事理、人文景观、天文地理、现实生活、重要节日的祝颂。尤其是对长寿年丰、乔迁之喜、六畜平安的祝颂更为普遍。堆巴是以朗诵说唱的形式，用优美流畅的韵文，对被祝颂对象从现实状况出发进行理想化的渲染，祝其未来兴旺发达、前景美好。表演时有一人、多人或众人几种形式，辅以相应的曲调，帮助烘托气氛。

堆巴谐巴与藏族百姓的生活密切相关，从古到今它始终随着藏族社会的发展，在演唱形式和演唱内容上不断有所丰富和发展。

喇嘛玛尼　喇嘛，意译上人、上师、师长，寺主或恩人，恩行深重者；玛尼，意译即六字真言“唵嘛呢叭咪吽”的简称。演唱喇嘛玛尼的人被称为“喇嘛玛尼娃”，意译为“评话喇嘛”，系指在通衢悬挂卷轴画像为路人讲说因果故事的男女瑜伽行者。流传于拉萨、日喀则、山南等地。形成时间一般认为在十四世纪末，创始人为藏传佛教噶举派高僧唐东杰布。他为了在西藏湍急的江河上修建十三座铁索桥，让喇嘛玛尼娃张挂绘制佛教故事、高僧大德传的“唐卡”，边用细木棍指点画面，边用动人的曲调进行演唱，宣扬积德行善，并以此募化钱财。世人认为唐东杰布是喇嘛玛尼的鼻祖。

喇嘛玛尼的源头，最早可追溯到松赞干布时期佛教兴起后的经文讲唱活动，萨迦至帕

主地方政权时期，佛教在西藏再次兴起之后，寺庙中的经文讲唱活动有了进一步的发展。说唱喇嘛玛尼的艺人一般被称为“喇嘛玛尼娃”、“嘛尼巴”或洛钦巴。洛钦巴意为善说者；嘛尼巴则指接受莲花生咒语的出家人，是获得了莲花生“唵嘛呢叭咪吽”六字箴言的意中者。相传，莲花生在修持时，曾有五名茶迦女要他在所有的集市安排这种嘛尼，使所有见到、听到的人都能受到降福，但当时这一愿望未能实现。南宋宝祐三年(第四绕迥木兔年，1255)赴蒙古游历的噶玛巴西就是一名嘛尼巴，是他实现了莲花生未能实现的愿望，从此有许多嘛尼巴走上街头传唱这种嘛尼。当时还有一位高僧古如却旺(1212—1273)，撰写了多种嘛尼的说唱本，更推动了嘛尼巴的活动。而古如却旺本人的事迹，后来则成为了喇嘛玛尼唱本《古如却旺王子》。表演的形式也受到宗教的影响。早在松赞干布时期，文素、良琇两位汉地高僧将汉地佛教的俗讲带入西藏，图文相配的变相，即指着绘有佛本生故事的图画演唱佛本生故事的形式，渐渐在西藏流传开来，并成为讲说佛经的方法之一，这种讲经形式为喇嘛玛尼演唱所继承。此外，从艺术角度看一般认为喇嘛玛尼的形成与宗教仪式中哑剧性的跳神舞蹈——“羌姆”有关。相传羌姆是莲花生为调伏恶鬼所行轨仪，在苯教巫师苯波祭祀自然神的仪式基础上，吸收藏族民间土风舞演变而来的宗教仪式舞蹈。羌姆的特点是注重姿态和造型，讲究场面铺排，多由僧人表演，也杂有女巫击鼓，它有很强的叙事性。传入民间后，成为僧人、俗人都喜爱的具有一定娱乐性的舞蹈。而从羌姆到喇嘛玛尼的过渡，则是由噶举派高僧唐东杰布完成的。

唐东杰布(1385—1464)是后藏地区民间出现的传奇人物，他是喇嘛玛尼和藏戏的创造者。他立志为雪域高原各条江河建造铁索桥，为众生谋利，煞费苦心地为营造铁索桥募集资金。为此，他将宗教的讲唱佛本生故事、宗教的羌姆，从寺庙引入民间。在寺庙中讲唱的佛本生故事为主要内容的讲唱经文与选唱佛经故事的基础上，创出一种仍具有浓郁宗教色彩的民间曲艺艺术喇嘛玛尼。这就使喇嘛玛尼这种曲艺艺术，从形成之初即以演唱邀布施为目的。它的表演形式为一位喇嘛或尼姑，挂起用布帛或丝绢制成的绘有佛本生传记连环图像的卷轴画，即“喇嘛玛尼唐卡”，手持木棍，指点一个个画面，以一些固定的诵经调子演唱故事。在每段的开始、中间、结尾，不时插有“唵嘛呢叭咪吽”六字箴言的诵唱。其演唱的曲目总数有二十本，取材历史传说的有《文成公主和尼泊尔公主》、《尊者米拉日巴》；反映爱情的故事有《诺桑法王》；神话传说的故事有《苏吉尼玛》、《索巴旺久王子》；儿童题材故事有《白玛文巴》；取材于社会生活的有《朗萨姑娘》；反映人情事态的有《卓娃桑姆》、《顿月顿珠》；宗教故事有《嘎玛旺增还魂记》、《古如却旺王子》、《赤美贡登》、《青颈鸟的故事》。喇嘛玛尼的兴起，推动了藏戏的发展，号称“八大藏戏”的文学脚本，即为喇嘛玛尼的说唱本，如《诺桑法王》、《苏吉尼玛》、《白玛文巴》、《朗萨姑娘》、《卓娃桑姆》、《顿月顿珠》、《赤美贡登》、《甲萨白萨》等。

十七世纪中叶，喇嘛玛尼艺人中出现了一位著名的嘛尼巴洛桑尼玛，他曾由众多俗讲

信徒簇拥，于清康熙八年（第十一绕迥土鸡年，1669）的藏历新年期间向班禅献灯。此后的数年间每当藏历新年都有嘛尼巴向班禅敬献“安排长寿的保证物”，即敬献带有愿文的贡品和吉祥的歌。这从另一个侧面说明了喇嘛玛尼艺人的社会地位。此时也出现了文人对喇嘛玛尼曲目的加工创作。如生活在十七至十八世纪的后藏俗官定钦·次仁旺堆创作加工的《诺桑法王》，以天上的神与地上的人相恋的故事为主线，穿插了正义与非正义的两场战争，在政教合一的社会背景下，他写出了人与神都能够挣脱封建枷锁终成眷属的结局；五世班禅洛桑益西创作加工了《顿月顿珠》；相传《卓娃桑姆》是门喇嘛梅若洛珠嘉措加工创作的。这些加工创作的作品较之原形态都有较大的变化，打上了这一历史时期的烙印。



喇嘛玛尼的演唱有一套固定程序，嘛尼娃每到一地，首先在自己所穿的红氆氇藏服上披上袈裟，选好说唱地点，挂上所要说唱的唐卡画，在唐卡画右角摆上一个白塔，左角摆上一尊度母像，在唐卡画前摆上供品、供水、酥油灯。摆好后，吹响海螺，以召集听众。在开始演唱时，先要用慢声细语反复念诵六字箴言，其后便严格按照传统程序演唱。传统的演唱程序为：一是唱皈依调；二是吟唱四段嘛尼；三是书首赞礼（说唱正本前对佛陀、菩萨、世间天神所作的礼赞）；四是说唱正本；五是吉祥收尾。演唱曲调比较简单，尤其是六字真言的曲调实际上是一种吟唱。

嘛尼娃，从古至今都是以说唱化缘为谋生手段的托钵僧、苦行僧。唱本中有对自己的演唱时的场地布置、穿戴规制、手持道具等的意义的详尽说明，同时也明确宣布自己乃是通过演唱故事来讲述因果之道。如：

我这小小的身躯，
是无数传记的宝库。
戴在头顶上的莲花帽，
象征着莲花大师的继承者。
披单斜缠在肩头上，
是为了寻求存厌离心的解脱道。
两脚站立在地，
标志着一切邪恶压在脚下。
右手转着嘛尼经轮，
象征着讲经说法。

左手捧着铁棍，

是在介绍佛陀。

顶端的金刚杵，

象征着磐石般坚硬的生命。

前后的三个尖顶，

象征着如来三身自然形式。

悬挂的五彩布片，

是五部空行的显现。

悬挂的鸟嘴小铃，

象征着空行母的妙音。

胸前悬挂的明镜，

象征着光满四大部洲。

前面摆设的佛塔，

象征着洁净的圣地。

头部系着曼荼罗，

象征着行善消障。

左边的度母佛像，

象征着消灾免障。

后面的屏风布，

象征强盛的依靠。

空间的天花布，

象征空行母搭的帐篷。

竖起的撑杆，

象征着佛法的核心。

五处拉起的篷绳，

象征着空行母聚会。

净白法螺的声响，

象征动员皈依佛法。

本人站在前面，

是在讲述因果之道。

……

十九世纪至二十世纪间，仍有一些嘛尼娃在社会上很有名气，如现健在的次仁群宗和她的前几代长辈。但多数嘛尼娃的艺术活动没有史料记载。但在日喀则地区仁布县托布

村，至1985年尚有一个祖祖辈辈以说唱喇嘛玛尼为业的演唱群体。托布村有一个托布庙，共有僧尼二十余名，除尼姑外，大多是有家室不住庙的僧人，为此又称“恩衮庙”、“金色庙”。这个群体延续了多少年已弄不清了，他们每年都有固定的演出时间和地点，除藏历八月间回到托布村，有地的收割庄稼，没地的到有地的人家打零工挣点钱，几乎都在演唱。健在的喇嘛玛尼艺人益西群培、土登次二，都是托布庙“根堆”（喇嘛）的后代，他们的父辈既是喇嘛又是喇嘛玛尼艺人。

喇嘛玛尼是藏戏的源头之一。同时，在传统藏戏剧目中也保留着早期喇嘛玛尼演唱的情形，如藏戏《苏吉尼玛》讲述的是一位纯洁无邪的仙翁的养女，被国王娶进王宫，受到王妃和巫女的栽赃陷害而被流放，历经磨难，终获释放，最后自己乔装重返王宫，并以说唱喇嘛玛尼揭露奸邪，为自己平反了冤狱。

百　“百”是藏文音译。意为“战”，即战歌或征战歌。其演唱曲调是在古代藏族将士们出征前或胜利归来时所演唱的曲调基础上发展起来的。这种曲艺艺术形式大约是在清乾隆十七年（第十三绕迥水猴年，1752）以后形成的，但其源头则可追溯到吐蕃王朝时期。

西藏地方政府在军事上，历来实行的是“向来分派，有战事则调集为伍”的一种分派制度。吐蕃王朝时期，整个西藏地方以拉萨为中心组织有“其如”（外翼）、“帕如”（中翼）、“朗如”（内翼）三部分军队组织。藏王松赞干布为更有力地控制西藏高原，将西藏划为十八个行政区，而从军事上在西藏设立了五个如钦。每个如钦又再设上下两个分如，全藏共设十个分如。每个分如为五千户，其中含卫队一千户。藏王亲领大兵征战，使吐蕃势力强盛起来。其时，每当有战事，士兵们出征前都要举行祭天、祭神的仪式，然后高唱“百”（战歌）出征。待到凯旋归来，依然如此。



乾隆十六年（第十三绕迥铁羊年，1751），清朝政府废藏王制，正式建立地方政府噶厦。据《卫藏通志》载，乾隆十七年西藏创建正规部队。这一措施完善了政教合一的地方统治，并在传统军事制度基础上，逐渐完善了军队的管理体制。早在松赞干布时期就已形成的“百”的出征祭祀仪式在这以后又有所发展。除以此鼓舞士兵的士气加强提高士兵的战斗力之外，更以赞美士兵手中的武器，歌颂英勇无畏的战斗精神为主。而当部族的征战渐消，它却成了民间民俗节日望果节仪式中不可缺少的自娱节目，又世代传留下来。其唱词如：

这钢铁的盔甲像英雄的堡垒，

用不着向任何人请求保护，

我们大家要放心去战斗，
彻底消灭所有的仇敌。
这银色的头盔向阳光照射的雪山，
洁白的盔旗像英雄的战神，
我们大家要放心去战斗，
彻底消灭所有的仇敌。
这钢盔的衬帽像多色的彩虹，
金色的圆珠像歼敌的法宝，
我们大家要放心去战斗，
彻底消灭所有的仇敌。
背上的彩带像制敌的靠山，
端直的神箭就像晴天霹雳，
我们大家要放心去战斗，
彻底消灭所有的仇敌。
这硬的神弓像城堡的斗拱，
锐利的宝剑就像食肉饮血的猛虎，
我们大家要放心去战斗，
彻底消灭所有的仇敌。
这圆圆的盾牌像金刚岩石山，
用不着向任何人请求保护，
我们大家要放心去战斗，
彻底消灭所有的仇敌。
这铁青的战马像腾飞的青龙，
用不着向任何人请求保护，
我们大家要放心去战斗，
英勇顽强地消灭所有敌人。

百这种说唱艺术形式，表演时并无乐器伴奏，形式为一人领唱众人应和，每段的领唱者为固定的一人，应和者则人数不限。演唱的节奏比较自由，声音接近于吼叫，古朴又充满生气。在有些地方的望果节仪式上，参加表演的人们骑着高大的骏马，身着古代士兵的装束，腰挂大弯刀，在长辈率领下，边高声地歌唱，边进行绕田地活动。

百的曲目有《头上带的头盔》、《刀从剑鞘中抽出一寸时》，有时也演唱赞美自己的首领和生活的曲目，如《雪山上住了三年》、《马》、《酒》等。“百”表演艺术的传承，仅限于家族内部，且传男不传女。

折　嘎　折嘎约形成于十三世纪开始的萨迦至帕主地方政权时期。"折嘎"藏语意为"白米"、"洁白的果实"。"折"缘起于西藏说唱艺人逢年过节、喜庆集会、婚礼佳期表演的祝颂赞词;"嘎"为祝福集会主人未来能获得吉祥洁白的福运之果。"折"与"嘎"连起来即表示"吉祥的祝愿"。其源头可追溯到苯教时期,形成是在佛教的传入以及与苯教的融合形成了藏传佛教以后。凡藏传佛教的盛大节日大都有折嘎艺人的演出,折嘎表现的内容发展为:为主人祈求神佛保佑,驱除魔邪,祝颂吉祥,招祷福运,获得善果。

传统折嘎表演只在藏历新年等重大喜庆节日,彼此祝贺吉祥如意时才进行演唱。以拉萨为例,藏历大年初一早晨,折嘎艺人到各家登门祝贺已成为节日的风俗,被人们视为吉祥的象征。主人们会向折嘎艺人敬酒敬茶、布施钱物、敬献哈达。在迎送新娘时,如果折嘎艺人来了,人们会视为吉祥的征兆,并高呼"折嘎桑白顿珠来了"!(即"一切如意来了"!)此时,折嘎艺人也会高呼:"咯咯唆唆,愿普神得胜!"并尽量说一些赞美天神的话,向苍天撒糌粑粉,以示敬祈天下神灵。其吉祥祝福的话语多种多样,如"今日天星亮晶晶,今日地上暖洋洋,在今日美好良辰,祝您们美满吉祥";或者只说"祝福吉祥如意"之类的话;或者说些其他吉祥的说词,如:"首先,祝贺走上雪山巅,心脏比雪还纯洁,白雪纯净永美满。啦!(祈顺利)第二件喜事,祝贺登上岩山巅,啦!祝您寿比岩山长,红岩永恒几世上。第三件喜事,祝您走向河中心,祈祝代代传优种,似碧波江河水流长。啦!哈哈!"其后,折嘎艺人进入正词说唱。先介绍折嘎的来历,接着是自我夸赞,赞美折嘎艺人自己的长相,赞美穿戴的服饰、手持道具的特殊作用。正词说唱完毕之后还要有吉祥的收尾,如"啦!凡折嘎所到之处,满天飘溢吉祥如意;凡折嘎所想所作,一定美满如愿以偿。天下喜事汇聚于我折嘎一身,折嘎向天地神灵、向喇嘛、向三宝祈祷。"从开场到结尾,讲尽吉祥辞令,最后以圆满幸福、吉祥如意的衷心祝贺收场,折嘎艺人方可欣然离去。

折嘎这种曲艺艺术向来被藏族民众视为吉祥的象征,不仅在西藏境内广为流传,青海、四川等地的藏族聚居地区也有说唱折嘎的艺人。

折嘎艺人的社会地位十分低下,一般都是手持五彩棍,肩披假面具,怀揣大木碗,在全藏流浪行艺。但藏族民众很喜欢他们,称他们是吉祥的化身。他们也自称是吉祥的化身,在他们的唱词中就称自己"身白犹如雪山,心白犹如牛奶,意白犹如酸奶,是具备三白的化身。"他们口齿伶俐,语言优美,见什么就唱什么,想什么就唱什么,说唱藏族人民的生活、劳动、爱情、斗争,人生的悲欢离合、美好理想无不加以歌唱。山南地区的折嘎老艺人次仁顿珠说:"我们折嘎,要有格西(西藏寺庙里一种高级宗教学位)一般的学问,鹦鹉一般的舌头,说到笑处,听的人脸上要开出花来,说到好处,听的人心里要浸出蜜来。"折嘎以其表演形式的活泼,说唱内容的丰富,以及语言精炼、善于运用极度渲染夸张手法而成为特色独具的藏族曲艺艺术,其内容则反映出了藏民族发自心底的对生活的乐观主义精神。

1959年(第十六绕迥土猪年)西藏实行民主改革后,拉萨几个城区的业余宣传队和各

地民间业余文艺活动中，都有折嘎艺人的表演，并在传统折嘎表演的基础上进行了创新，如加进了二胡、扬琴等乐器，创作了新的曲目《折嘎桑白顿珠》，这个节目还在1960年（第十六绕迥铁鼠年）、1964年（第十六绕迥木龙年）的首届和第二届拉萨市群众业余调演中获奖。“文化大革命”中，折嘎演唱几乎绝迹。中国共产党十一届三中全会后，折嘎艺术获得新生，从演唱形式到内容都有了一个大的发展。出现了《说不完的喜事》、《物交会的喜悦》，四人演唱的折嘎《到山南参观》等，这些曲目在1981年（第十六绕迥铁鸡年）10月拉萨举行的全区首届曲艺调演中获奖；双人折嘎《贺喜》在1982年（第十六绕迥水狗年）3月，被选入自治区曲艺演出队，代表西藏自治区到江苏省苏州市参加了文化部主办的全国曲艺优秀节目（南方片）观摩演出，并获创作、演出一等奖。演出大会简报评论说：“双人折嘎《贺喜》反映了西藏人民的新生活，歌颂了党的民族政策，演员热情饱满，质朴认真，又弹又唱，连说带舞，令人耳目一新。两个演员同时说唱，如出一人之口，的确经过精心排练，下了很大功夫。就译文看，原作既有民族特点又有文采。”至1985年（第十六绕迥木牛年）西藏各地文工团、歌舞团又创作演出了许多折嘎新作，如《今日西藏》、《远方的贵客吉祥如意》、《久病成良医》、三人折嘎《三代折嘎》、六人折嘎《吉祥的祝词》等。



《吉祥的祝词》又称《话吉祥》，以优美朴实的语言，歌颂了改革开放后西藏的巨大变化，描述了藏族人民发自心底的喜悦。其唱词如：

话说吉祥，折嘎有说不完的吉祥平安歌，
有道不完的贺词来庆贺这喜庆的日子。
满天的星辰，闪闪发光，
蓝蓝的天空中挂着一面金色的镜子，
美丽的大地犹如天堂。
请看今日西藏到处是喜气洋洋的景象，
请看今日西藏充满了团结、富裕、文明、欣欣向荣的大好形势。
这大好时光来之不易，这是党的光辉的民族政策的丰硕成果。
我折嘎喜看家乡的变化时，
怎能不歌唱？怎能不高兴？
我驾着风车，手持鲜花，

来到了这风景如画的曲松县。

此刻，曲松县人山人海、欢天喜地，

有人说是在庆祝喜庆的日子，

有人道这是在办喜事。

我折嘎说，这是在党的致富政策的光辉指引下，

广大农牧民走向繁荣昌盛的社会主义道路的脚步声和欢笑声。

夏　“夏”，在藏语文中从字面理解可为：对唱歌谣，或彼此对答、吟诵、互开玩笑的说词。是在藏历新年或婚礼，搬新房庆典或望果节时，由至少两人相向对吟、对诵或对歌的一种曲艺艺术。

夏约形成于十三世纪开始的萨迦至帕主地方政权时期。其源头可追溯到苯教时期“仲”、“德乌”即说唱故事者和猜谜巫卜的相互吟诵，以及主持婚礼的祭祀们相对吟唱的祝颂赞词。夏主要流行于民间，历来不被官家、上层社会所重视，内容多偏重于世俗生活和娱乐调笑方面。即便是在藏传佛教兴起后，也很少受宗教思想的影响，一直沿着自己的路子流传到今天。

夏的表演十分灵活，一般都在“谐钦”（藏族歌舞）的开始处，藏戏的中间、结尾处，婚礼举行时演唱。唱词大多在几百句之间，为“鲁”体。词句朗朗上口、通俗易懂。唱腔旋律性不强，多属吟诵性质。初唱时，音调低、声音小，慢慢越唱音调越高、声音越大，到高潮时声音极为洪亮，十分有规律。演唱的形式一般分为男、女两组，每组都有单人演唱与众人演唱，也有两个男性的对说对唱。演唱时男女两组相对而站，手中或挥动酒具，如银杯、银碗，或挥动吉祥彩箭。若参加的人数较多，男女两组除要相对而站外，还要列成两排。一般由男组先唱，女组随后。其说唱语言朴素流畅，不尚浮词艳语，结构铺排宽展，充满藏族劳动人民浓郁的生活气息，散发着西藏高原农牧民对生活的希望，及绮丽的浪漫主义色彩。同时，其说唱表演又风趣幽默，插科打诨，相互调笑。内容丰富多彩，有对历史的叙述，有对英雄的赞美，有对生活的祝福，有对长辈的尊敬，有对家乡山水的赞颂，也有对具体的人和事的褒贬等等。如在婚礼中说唱的夏：

男：愿你们这幸福的一对，

女：像太阳和光辉在一起。

男：像雪莲和雄鹰在一起，

女：像雪山和草原在一起。

男：像酥油和糌粑在一起，

女：像春天和温暖在一起。

……

十九世纪以后，夏所说唱的内容又有了新的发展。颂扬头人、上层贵族、高僧大德、远

方来客、亲朋好友以及美好愿望、婚丧祈求、喜庆祝贺几乎无所不包，深受藏族民众的喜爱。西藏民主改革后，特别是在中国共产党十一届三中全会以后，随着生活水平的提高，藏历新年的集会，喜庆的婚礼活动，使民间“夏”的表演又兴旺起来。同时，在西藏自治区及各地专业文艺团体创作的新节目中，以及在新创作的藏戏中，都特别注意运用夏的艺术形式，以突出西藏的民族风情。

扎年弹唱　扎年是藏族古老的弹拨乐器，在大昭寺壁画中，有一千三百年前藏王松赞干布十善法典宏伟庆祝场面的画面，在歌舞、竞技场面中，就绘有三把扎年弹奏的情形。扎年琴可独奏、伴奏，也可弹着扎年边唱、边舞、边说。这种古老的乐器在漫长的发展过程中，已发展有六弦、八弦、十六弦、二十弦等多种，其中以六弦最为普遍。长期以来，在民间，扎年琴是后藏与阿里相邻地区流行的堆谐歌舞中主要伴奏乐器。

公元二十世纪初，后藏迥巴藏戏班应邀赴拉萨参加一年一度的雪顿节藏戏演出活动时，将穿插在藏戏演出中的拉孜、昂仁一带的堆谐歌舞包括扎年弹唱传到拉萨，受到人们的欢迎。这种手持扎年琴，自弹自唱，连唱带舞，边唱边表演，形式简便，活泼欢快的表演形式很快在拉萨、江孜等地城镇流传开来，并渐渐传到林芝及工布地区。在这过程中，又渐渐形成了以六弦扎年琴伴奏，注重脚步动作的踢踏舞蹈的歌唱、舞蹈、乐器演奏浑为一体的表演形式。尤其是传入工布地区后，与当地歌舞相结合，又形成了具有工布艺术特色的扎年弹唱。扎年弹唱的音乐主要源自西藏各地的民歌和传统的“堆谐”、“囊玛”，曲调明快、情绪热烈，节奏鲜明、清新悦耳，结构精巧、雅俗共赏。

在中华人民共和国成立前，扎年弹唱的内容以表现故乡的美丽，父母的慈祥，人间的苦乐以及扎年琴的来历为主，扎年弹唱艺人四处流浪以卖艺谋生。中华人民共和国成立后，尤其是民主改革后，扎年弹唱获得一定发展。1964 年 10 月，西藏群众业余文艺代表团创作了扎年弹唱《次仁穷穷回来了》，赴北京参加全国群众业余文艺观摩演出会，受到好评，是扎年弹唱从歌舞向曲艺的演唱故事演变之始。至中国共产党十一届三中全会后，扎年弹唱这种曲艺艺术又有了更大的发展。西藏各地的艺术工作者在保持扎年弹唱这种古老的艺术表演形式的弹、唱、舞的基本艺术特征的同时，无论是在内容上还是在形式上都进行了创新。这种独特表演形式的形成，也反映了民主改革后西藏人民进入新时代的喜悦。

1982 年(第十六绕迥水狗年)3 月，西藏自治区曲艺演出队到江苏省苏州市参加了文化部主办的全国曲艺优秀节目(南方片)观摩演出，土登的扎年弹唱《门岭之战》获改编、演出一等奖，会刊评论说“《门岭之战》(片断)描写了古代战争场面，气势宏大，令人振奋”。1983 年，拉萨市歌舞团参加全国少数民族“乌兰牧骑”文艺调演，扎年弹唱《爷爷和孙孙》、《好时光》等五个节目获奖。

1985 年(第十六绕迥木牛年)9 月至 10 月在拉萨举行了全区第五届专业文艺汇演，由

索朗次仁创作的扎年弹唱《扎年扎西杰布》获创作二等奖。日喀则地区文工团的女声扎年弹唱获创作、表演三等奖。阿里地区文工团的扎年弹唱获创作二等奖，表演一等奖。同时还上演了《歌唱家乡》、《索朗扎巴》、《退休老人的心愿》等曲目。



这一时期的扎年弹唱在艺术形式上已有了一人弹唱、多人弹唱、众男弹唱、众女弹唱等不同的表演形式。如《格萨尔王传·霍尔岭之战》就是八个弹奏扎年琴的演员演唱的，八个演员分别代表八个岭国英雄人物，演员手中的扎年琴既是乐器又代表着勇士手中的武器。同时，在艺术表演技法上也从歌、舞、器乐演奏发展为于叙述故事情节的同时穿插诗歌、赞词，夹叙夹议，并配以极其丰富的曲调渲染气氛，通过各种艺术手段，活灵活现地展现恢弘广阔的历史场景或动人心弦的故事情节。

藏语相声　藏语相声产生于二十世纪六十年代初。

1956年(第十六绕迥火猴年)洛桑多吉在北京民族学院藏语文系任教，在北京任教的两年间，对相声，尤其是对侯宝林的相声《醉酒》产生了极大的兴趣，被其艺术魅力所吸引，于是便利用业余时间潜心对相声艺术的表演特征、规律、技法进行了学习和研究。1959年(第十六绕迥土猪年)，西藏实行民主改革后，拉萨市按区组建了南城区业余文艺宣传队、东城区业余文艺宣传队、北城区业余文艺宣传队。他们的任务是编排反映新时代的歌舞、音乐、曲艺节目在街头进行演出，宣传中国共产党的各项方针政策。其时，已返回拉萨的洛桑多吉，参加了东城区业余文艺宣传队。洛桑多吉充分发挥藏语语言内涵丰富的特点，继承藏族“谐谐巴”表演的传统，吸收借鉴汉族相声两人合说的表演形式，将侯宝林表演的相声《醉酒》改编为藏语相声，获得成功。后又创作了《遵守交通规则好》、《人民公社喜事多》等相声节目，受到藏族观众的热烈欢迎，他本人也因此受到了侯宝林的称赞，藏语相声作为藏族曲艺的新品种由此诞生。

1960年(第十六绕迥铁鼠年)和1964年(第十六绕迥木龙年)，在拉萨举办的首届和第二届两届群众业余调演中，藏语相声《醉酒》、《遵守交通规则好》、《人民公社喜事多》获得了各种奖项，其中藏语相声还荣获创作和表演一等奖。

“文化大革命”结束后，面对藏族人民的再次解放，作家索朗次仁创作了藏语相声《治穷致富》以尖锐的笔锋鞭笞了“四人帮”在西藏执行的极左路线，以及带给藏族人民的灾难。鼓励人们打碎自身枷锁坚决走治穷致富的道路，受到当时藏民的热烈欢迎。1981年(第十六绕迥铁鸡年)10月，在拉萨举行了全区首届曲艺会演，这是西藏有史以来举办的

第一次。土登表演的藏语相声《治穷致富》获特别演员奖，索朗次仁获创作一等奖；山南地区文工团仁青的藏语相声《尼玛老师回来了》获创作二等奖，演员米玛获表演一等奖。1982年（第十六绕迥水狗年）3月，藏语相声《歌舞的海洋》参加了在江苏省苏州市文化部主办的全国曲艺优秀节目（南方片）观摩演出，获得极高评价。大会简报称："藏语相声《歌舞的海洋》反映了藏族人民的生活面貌，批评了不熟悉、不热爱自己民族艺术、盲目崇洋媚外的不良倾向，好似一幅诙谐动人的风景画，这个节目不仅有自己的民族特色，而且吸收了汉族相声艺术的手法和技巧，是个成功的创作。"《歌舞的海洋》在这次观摩演出中荣获创作、演出一等奖。

1983年（第十六绕迥水猪年），洛桑多吉改编的藏语相声《醉酒》，荣获中国文联评选的文学作品一等奖。



1984年（第十六绕迥木鼠年），山南地区文工团创作演出了藏语相声《第一课》、《门》；拉萨市歌舞团曲艺队演出了索朗次仁创作的藏语相声《古城新貌》，贡桑坚村创作的藏语相声《计划生育》、《卫生与健康》；日喀则地区文工团演出了金巴洛珠创作的藏语相声《文学的宝库》等。1985年（第十六绕迥木牛年）9月拉萨举行了全区第五届专业文艺汇演，土登、米玛演出了索朗次仁创作的《四不像》荣获创作、表演一等奖；日喀则地区文工团金巴洛珠创作，石达与顿珠合说的《文学的宝库》获创作、表演二等奖；山南地区文工团克珠创作的《藏族民间谚语》，获创作三等奖。拉萨市歌舞团曲艺队的演员土登、米玛等荣获优秀演员奖。藏语相声作品尚有《雄伟的布达拉宫》、《出丑记》、《谚语的海洋》、《茶酒的风波》、《路上的对话》、《男子汉》、《好办法》、《笑》、《师徒》等。许多相声曲目经常在电台、电视台播放。现在藏语相声已成为藏族民众生活中不可或缺的艺术品种。

曲(书)　　目

西藏曲艺艺术是在藏民族有史以来创造的民间故事、民歌、音乐、舞蹈等民间艺术基础上形成的,又与藏族人民的宗教信仰有着密不可分的关系。为此,西藏曲艺的曲(书)目所表现的内容几乎涵盖了藏族民众生活的各个方面,是藏族悠久丰富文化的重要组成部分。

岭仲、仲谐、古尔鲁、堆巴谐巴、百、喇嘛玛尼、扎年弹唱、折嘎、藏语相声、夏等曲种,形成的背景各有不同,表演形式各异,反应的生活题材各有侧重。从内容上来看,则将藏族社会的政治、经济、文化尤其是宗教发展的历史,藏族人民生活的各个侧面,藏族人民善良、勇敢、机智、幽默的性格做了全面的诠释。

岭仲,是以说唱格萨尔王英雄故事而形成的一个曲种,其书目只有一个《格萨尔王传》。它是藏民族历史、社会、思想、生活的总汇,内容还涉及到文学、艺术、宗教以及古代军事等诸多领域,是研究古代藏族历史的一部珍贵的百科全书。

《格萨尔王传》的主人公是格萨尔大王,作为神(白梵天王)的儿子,为拯救下界百姓被派到人间。在人间,他弘扬佛法、降妖伏魔、与人民渔水相依;他神通广大,但在强大的敌人面前仍是浴血奋战,并克服重重困难才统一了青藏高原的广大地区。反映了藏族社会从信仰苯教向信仰佛教的转变过程中,藏传佛教在青藏高原确立统治地位的过程中,西藏社会的进化。歌颂他结束西藏地区几百年分裂混战局面,带给人民安居乐业的伟大功绩。作品如实地将古代藏族宗教、婚姻、生活习俗展现在人们面前。如初期的佛教僧人职责仅是诵经祈神,而无管理职能,到了藏传佛教地位确立形成"政教合一"体制之后,佛教才拥有至高无上的权力。又如早期西藏是以游牧业为主的社会,虽有农业但处于次等地位,每一个游牧部落又是一个军事组织,头人既组织生产、管理部落人民生活,又是军事统帅,反映了当时西藏社会的政治制度。然而《格萨尔王传》又不仅仅是西藏历史的简单描绘,作为一部艺术作品,它又充满了浪漫主义的色彩,令听众神往。如格萨尔的战马时常对主人发出忠告、乌鸦替霍王找妃子、在战斗中射出的箭又能自己回来等,运用的是神话的描写手法。语言上的夸张就更加神奇,如描写格萨尔的战马说:它的躯体像山那样高,眼睛像湖那样大,背向沙漠一样宽,尾巴长五丈,鸣如惊雷、动如疾风,并以此来衬托马主人格萨尔的雄健体魄。《格萨尔王传》不仅写出了规模宏大的战争场面,而且在战争的牵动下,把当时社会征

战双方的政治生活、军事组织，以及奴隶主与奴隶间的生产关系都一一展示出来，有助于我们从侧面了解吐蕃王朝建立前西藏的社会情况。

《格萨尔王传》的演唱书目往往因人而异，通用的书目基本为：《天界篇》、《敦氏预言授记》、《岭国地貌千种》、《世界莲花地貌千种》、《分配世界八宝》、《英雄诞生》、《降伏土地神》、《降伏野兽宗》、《东司门马宗》、《擦瓦绒箭宗》、《赛马称王》、《魔岭大战》、《霍岭大战》、《姜岭大战》、《门岭大战》、《大食牦牛宗》、《大食财宝宗》、《达岭大战》、《塔岭大战》、《琪岭大战》、《梅岭大战》、《嘉岭大战》、《松巴牦牛宗》、《措米努绸缎宗》、《西宁马宗》、《上索波马宗》、《下索波马宗》、《外索波马宗》、《下索波机器宗》、《索波狗宗》、《梨尺马宗》、《木雅马宗》、《色玛马宗》、《穆古骡子宗》(《琪罗骡子宗》)、《木雅金子宗》、《阿里金子宗》、《尼奔金子宗》(《森达金子宗》)、《大鹏金子宗》、《噶朵金子宗》、《哈热金子宗》、《玛雄金子宗》、《哈赤金子宗》(《果洛金子宗》)、《晃通铁宗》(《廷格铁宗》)、《奇乳珊瑚宗》(《巴尔玛珊瑚宗》)、《象雄珍珠宗》(《达孜珍珠宗》、《祝古珍珠宗》)、《雪山水晶宗》、《达绒水晶宗》(《嘉嚓水晶宗》)、《达玛水晶宗》、《总管王水晶宗》、《卡契松石宗》(《赛拉松石宗》、《北罗刹松石宗》)、《汉地茶宗》、《乌斯茶宗》(《夏赤纳布茶宗》)、《玛拉雅药宗》、《扎日药宗》(《曲托王药宗》、《木雅药宗》)、《罗刹药宗》、《巴嘎拉国王》(《东魔长角鹿》)、《南魔九头罗刹》、《西魔独角飞》(《北魔独角饿鬼》)、《印度佛法宗》、《旱地佛法宗》(《底噶尔佛法宗》)、《拜波米宗》、《扎日竹子宗》、《阿达娜姆》、《地域篇》、《安定三界》、《噶岭战乱》、《让岭战乱》、《举世煨桑敬神》、《辛丹内讧》、《嘉岭之战》、《雪山雄师宗》、《森珠知识宗》、《森达智慧宗》、《绒堆杜鹃宗》、《阿扎玛瑙宗》(《贡瓦玛瑙宗》)、《大鹏玛瑙宗》(《宝如玛瑙宗》)、《彩玛朱砂宗》、《祝古兵器宗》、《嘉嚓兵器宗》(《木雅兵器宗》)、《丹玛箭宗》(《喜嚓箭宗》、《森达箭宗》)、《米努剑宗》、《亭赤盔甲宗》(《阿塞铠甲宗》、《阿嚓热铠甲宗》、《达潘铠甲宗》、《达赤铠甲宗》)、《扎拉铠甲宗》、《果卡铠甲宗》、《琪岭套索宗》(《梅赤罗刹绳索宗》)、《百热山羊宗》(《贝哈热绵羊宗》)、《玛康绵羊宗》、《拜波绵羊宗》、《阿塞山羊宗》、《霍其巴山羊宗》(《赛卡色山羊宗》)、《北部盐宗》、《丹玛青稞宗》、《曲拉青稞宗》(《玉珠青稞宗》)等等。

西藏浩如烟海的民间故事，哺育了仲谐艺术的成长。仲谐曲目内容丰富多彩，大体可归纳为几种类型。

第一是颂扬机智的农奴，反抗压迫剥削的故事。在西藏几乎人人都知道阿古顿巴与尼却桑布这两位聪明机智的人物。他们身处社会底层，为农奴主做牛做马，在饥饿和贫困中挣扎。但他们没有屈服，没有乞求，而是用机智、勇敢、智慧和乐观的精神来战胜困难，巧妙地惩治贪婪的农奴主。在他们面前，没有不被斗败的王公、贵族和领主。《三不会的雇工》、《巧抗酥油差》就是其中的代表作。

第二种是神话传说故事。在这些故事里，善良的动物总是在人类遇到困难时拯救善良的人们脱身危难。如《放牛娃登巴则》说得是一个被赶出家门的放牛娃，在老鼠、乌鸦、猴子

的帮助下，与美丽的公主结成百年之好。同时在这类曲目中还常常赋予历史人物以神话色彩，表达了普通藏族百姓对历史人物虔诚的崇敬。如说文成公主进藏时带来了绿的、蓝的、黄的、白的、黑的五种颜色的羊；金城公主进藏时，为表示进藏的决心，将自己心爱的神奇宝镜在西宁附近地方打碎，宝镜粉碎之后变成日月山，挡住了自己的退路，她勇往直前终于到达拉萨。而《青稞种子的来历》，则讲述的是一位王子，在山神帮助下从蛇王处盗走了珍贵的青稞种子，但不幸的是他也被蛇王变成了一条狗。这只“狗”带着青稞种子来到一户人家，这家姑娘对他的爱情使他又从狗变成了人。他们相亲相爱，辛勤耕耘，西藏从此有了青稞。

第三种是以爱情婚姻为主要内容的故事。这些故事反应的是人们对恋爱与婚姻自由的向往，以及年轻人为实现理想的婚姻，不怕天、不怕地、不信神、不信鬼，勇敢地战胜妖魔，终于如愿以偿的斗争精神。如《茶和盐》说的是两位土司仇人的子女相恋，在长辈的无情干涉下，为了永不分离，男青年变成了盐，女青年变成了茶。当人们喝酥油茶时，盐和茶溶为了一体，他们的结合再也无人可以阻挠了。而《铁匠和小姐》则反应的是年轻恋人是如何打破社会等级界限而结合的。《桔子姑娘》、《青蛙骑手》反应的则是年轻男女争取婚姻自主权利并取得胜利的故事。

第四种是动物寓言故事。在这类故事中动物多被拟人化，动物与人一样也有各种不同的品德。有恃强凌弱的、骄傲自大的、温驯胆小的、多谋善断的、诡谲狡诈的。在他们中间，有互助互爱、团结御敌的；有贪而无信、以邻为壑的。在这类故事中，老虎、狼等大野兽都被刻画成残暴、专横、凶狠、愚蠢的形象；兔子、小羊等小动物都被刻画成善良、机智、勇敢的形象。

喇嘛玛尼作为以讲唱佛本生故事、宣讲佛教教义而演变而成的曲艺艺术，其曲目已知的尚有十余本。在长期流传过程中，曲目内容除仍存有产生较早的佛经故事《诺桑王子》、《赤美滚丹》外，《文成公主》是在西藏广为流传的历史故事，而其他如《卓娃桑姆》、《朗萨雯蚌》、《苏吉尼玛》、《白玛文巴》、《顿月顿珠》等，其内容或为描写国王的残暴，臣民的智慧与善良（《白玛文巴》）；或描写普通民众面对世事的苦难，在虔诚修佛的过程中得到解脱（《朗萨雯蚌》）；也有描写兄弟情谊（《顿月顿珠》），宫廷中妃嫔争宠善良者遇难的内容（《苏吉尼玛》）。但是无论是历史题材还是描写的国王、平民身上发生的事件，其中的主题思想仍以佛教教义贯穿始终，此也是喇嘛玛尼曲目与其他曲种的曲目色彩不同之处。

堆巴谐巴、折嘎、夏等曲种的曲目，则反映着藏族人民乐观、善良天性的另一面。在所有藏族民俗活动中渲染喜庆气氛的颂唱的祝颂赞词（堆巴谐巴），为人们带来的吉祥祝愿（折嘎），在望果节、婚礼、新房落成庆典上渲染欢娱气氛的对歌（夏）等等，展示出无论在何时何地，人们都以乐观的精神面对生活，人与人之间的友爱得到尊重，相互间的祝福为生活带来了希望。

而新兴曲种扎年弹唱、藏语相声的曲目，则深深地打上了新时代的印记，伴随着时代的发展变化，藏族人民理想的幸福生活已经或正在成为现实，获得新生的藏族人民的思想感情在扎年弹唱、藏语相声曲目中得到最充分的反映。

十三轶事　　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》之一宗。

故事叙，僧伦原是岭国首领，晁同为了夺取权力，千方百计迫害格萨尔王母子。当格萨尔刚刚降生时，晁同便把他埋在土坑里，格萨尔以神通逃出土坑。晁同让喇嘛念恶咒害格萨尔，格萨尔也设法战胜他。晁同对格萨尔进行了十三次迫害，都被格萨尔躲过或战胜。格萨尔母子以挖人参果、捉田鼠甚至乞讨为生，过着贫穷的日子。后来，母子二人到了黄河川，使当地变成牧草丰盛、牛羊肥壮的地方，格萨尔成为黄河川的主人。

三不会的雇工　　仲谐传统曲目。

故事叙，农奴阿古顿巴与领主谈当雇工的条件，说他一不会给山剃头，二不会背大海，三不能把一年积下来的活一天干完，除此三项之外其他都行。如果岭主要半途辞退自己，就得付出一年的工钱。愚蠢的领主同意了他的条件。结果，叫他上山砍材，阿古顿巴不干，说："这是给山剃头"；叫他下河背水，他也不干，说："这是背大海"；叫他运粪，他还是不干，说："这是把积下一年的活一天干完"。这下把领主气昏了，看阿古顿巴什么都干不来，就要辞退他。但半途辞退得付一年的工钱，无奈之下，领主只得让他白白地拿走了一年的工资。

大食王国　　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》之一宗。有译为《大食财国》的。

叙岭国的晁同听说大食国王有匹宝马，它是从大鹏蛋里孵出来的，能飞善跳，便派人去把宝马偷来。大食王国听说后，便出兵岭国攻打晁同，把晁同和偷马人杀死。晁同的儿子不敌，便向格萨尔求援。格萨尔率兵打败大食王国，并把大食王国的牦牛掠回，分给岭国的百姓，从此藏族地区便有了牦牛。

山神的马夫和牧羊姑娘　　仲谐传统曲目。汉文版，一百一十二行，三千三百六十字。塔热·次仁玉珍搜集，嘉黎县措拉乡土布田说唱。

说的是：有一位姑娘，她和她的母亲靠一群绵羊过日子，姑娘美丽胜过彩虹，歌喉超过布谷鸟，全部落为她提亲的人踏破老阿妈的门槛，然而老阿妈总舍不得把自己的女儿许配给别人。

有一天，姑娘在一条大河西岸放羊，忽见一个身穿白衣、足踏铁鞋腰系草绳的青年，骑一匹雄鹿为她唱歌，姑娘装着没听见。从此以后，青年每天来到姑娘放羊的地方唱歌。日子长了终于被老阿妈发现，在追问下姑娘如实地告诉了阿妈。第二天，姑娘按阿妈说的回答了青年，青年把姑娘带到了一个帐篷前，要她给这家主人当儿媳妇。姑娘进帐篷后，主人不认她是儿媳妇，说儿子几年前就失踪了。无奈之下，姑娘求主人收她做女佣人。从那时起，姑娘吃的是剩饭，睡的是羊圈，喝的是奶渣，但是每天夜里青年人都会前来和她住在一起。后来，姑娘生下一个小男孩，姑娘未婚生子，引起了主人的极大愤怒，对她严刑拷打，姑

娘只好把事情的经过告诉了主人。于是主人认了姑娘为儿媳妇，孩子做了孙子，最后姑娘克服困难，征服了山神，拿回了丈夫的心，丈夫还家，全家团圆，过着人畜两旺的幸福生活。

门岭之战　岭仲传统曲目。

故事叙，在格萨尔王降世之前，晁同当政之时，在西藏所辖南方门域辛赤王的两个老臣，率兵十五万无端侵犯朵康岭尕国，消灭了岭尕十八个部落的军队，毁掉所建城堡，杀害所养人马，抢走所积财产，掳去岭尕最珍贵的宝物——六匹汉皇御用蟒龙缎。岭尕遭到灭顶之灾，血海深仇长期未报。羌岭战争结束不久，上界日梵天王告知格萨尔王，事情的发生是岭尕诸遗老匿门国犯岭国一事不报才引起了如此严重后果的。格萨尔王重整内政后便征调所辖四邦兵马，亲征南门，威镇辛赤魔王，将南门国归为治下，赐福于民。

门岭之战，生动地塑造了正反两面主要人物的形象。说唱艺人以人物各自不同的言行，表现出各个人物不同的性格特征，达到性格和言行的和谐一致。本书第十五回，格萨尔王面对被活捉的阶下囚——南门罪大恶极的古拉脱杰，正色道："你若归顺投靠我，现在正是时候，亦是保全你生命的时机。"显示出即使是顽敌，也要首先争取他改恶从善的宽宏气魄。当古拉抗拒归顺时，格萨尔王则毅然果敢地将他处死。艺人动用生动的细节，勾勒出晁同好色，胆小而又爱逞能的懦夫性格。同时通过对反面人物门国内务大臣古拉脱杰言行和心理活动的具体描写，刻画出他阴险毒辣、目空一切的嘴脸。当他被岭尕国生擒，格萨尔王赐予他改过自新的机会，让他日后执撑国门大权时，他仍拒绝道："与其向你倒霉的黄猫头鹰乞命，倒不如我每天死九次。"这样一来，使古拉脱杰凶恶成性、顽固不化的性格更加深化。

小小原因造成大事　仲谐传统曲目。汉文版，一百三十五行，二千七百字。1984 年贡桑参坚、达瓦扎西搜集，拉萨市尼木县林岗乡曲旺丹增说唱。

故事叙，森林地带的岩石下，有一对指拇鸟落的窝，常常受灰鼠的欺负，每年都把它的蛋偷吃光。指拇鸟在忍受不了的时候，商量拿出积存下来的两斗藏红花求兔子阿歌帮忙，送给雪山狮子王控告灰鼠的罪恶。

兔子克服重重困难，来到雪山狮子王跟前施礼致敬，献上藏红花控告灰鼠，狮王认为事太小，收下了藏红花，便把兔子赶出了家门。兔子回来告诉指拇鸟，让他们想办法。指拇鸟又拿出两斗常绿灌木粉，叫灵鹰转送给风王，请求帮助惩罚灰鼠，没想到风王收下礼品又把灵鹰赶出。两个指拇鸟又伤心又失望，说两位大王收下了他们的礼物，却不管他们的痛苦。没别的办法，公指拇鸟只好与灰鼠展开你死我活的搏斗，灰鼠来偷吃蛋，公指拇鸟射出一箭，灰鼠吓坏了，灰鼠惊动了绿色龙，绿色龙又惊动了风王，各自相互评理，终于找到指拇鸟。指拇鸟说："灰鼠年年偷吃我的蛋，我曾禀告风王和雪山狮子王，你们认为是小事，放任不管，我实在忍无可忍，才做出这样的事。受惊时风王的蛋已经碎了，他怨气难以消除，说完抓起一只小狮子扔进了大海。

从此，民间流传着这样的谚语，小小原因会造成大事。

小朗昂姑娘　　仲谐传统曲目。

故事叙，善心的小朗昂，在花狗的帮助下逃出魔王的洞穴，来到一片广大的牧场。牧场的主人是一只金鸡，招待姑娘在牧场住下来，后来，姑娘发现金鸡是一位英武的少年，心生爱慕，便趁少年脱下鸡皮去背水的机会，把鸡皮烧了，结果铸成大错——使少年心脏被魔王夺去，少年受到死的威胁，后来姑娘冒着生命危险，受尽百般折磨，从魔鬼那儿把少年的心夺回来，救治了金鸡少年，得到美满的爱情。

马夫次旦　　仲谐传统曲目。出版于1984年12月，汉文版，一百四十行，二千八百字。廖东凡、次仁卓嘎、次仁多吉搜集，日喀则城关镇尼玛彭多说唱。

说的是：后藏乌西地方，有个人叫康嘎德瓦，他在外面当宗本，到处寻欢作乐，把妻子桑姆珠玛丢在家里，常年不闻不问，桑姆珠玛十分痛苦。

一天，桑姆珠玛在与马夫次旦对歌时，正赶上康嘎达瓦头人回来碰上，不问青红皂白骂次旦调戏他老婆，命令次旦当管家的哥哥和当森木的弟弟，动手亲自杀死次旦。次旦死后尸体被丢在雅鲁藏布江里，老百姓都说"马夫次旦死的冤啦"。

马夫次旦死后，桑姆珠玛又是着急、又是怕，吓的得了一场重病，躺在垫子上起不来。一天，她忽然看见马夫次旦的灵魂变成了一只小鸟，飞落在庄园边唱歌，桑姆珠玛一听，疾病好了一大半。就在这时桑姆珠玛看见唐嘎老爷骑马过桥，小鸟从桥下窜出来，惊得他的马胡蹦乱跳，老爷从马上摔下来，被腰间别着的曾经是次旦的短刀，插进他的胸膛刺死了。她双手捧住小鸟，用脸蛋轻轻地抚摸着它。

女神贡堂拉姆的传说　　仲谐传统曲目。出版于1984年12月，汉文版，一百六十九行，三千九百二十字。廖东凡搜集，拉孜县卓拉说唱。

故事叙：在拉萨城内有一青年名叫嘎丹，他从小就和邻居家的女儿琼吉相爱，嘎丹的阿妈嫌琼吉家无钱无势，几次退婚，嘎丹非要自己作主，说服阿妈，他俩结婚后，老太婆设法折磨姑娘，苦活、累活都叫琼吉干。

有一天，嘎丹和琼吉在河边割草，被贡堂寺供奉的女神贡堂拉姆看见，并下定决心要和嘎丹结婚。因嘎丹特别喜爱自己的妻子琼吉，贡堂拉姆想尽法术夺走了嘎丹，逼着嘎丹和自己成了婚。琼吉哭得死去活来，她想，这个苦难的世界上，除了丈夫嘎丹再没有人疼爱她，一气之下，拔出短刀，刺进自己的胸脯跟着丈夫进了贡堂寺。嘎丹心中只有妻子琼吉，死活不与女神成亲，贡堂拉姆十分恼火，罚嘎丹在寺庙背水劈柴永远做苦工。

天岭卜筮　　岭仲传统曲目。

故事叙，人间妖魔鬼怪横行，善良百姓遭受欺压和残害，部落之间互相征战，闹得民不聊生。天神们见了，心中不忍，便集会商量，决定派天神幼子顿珠嘎保降生人间，扫除暴虐，消灭妖魔，拯救黎民百姓。顿珠嘎保开始时不愿下凡，便躲藏起来。但是九次躲藏，九次都

被找到。最后，他同意降生人间，就是格萨尔王。为了给顿珠嘎保寻找人间的生身父母，莲花生大师给龙治好疾病，索取龙王的三女儿，赐给尕部落首领顿巴坚参为妻。

四川德格印经院版本则说是观音菩萨见百姓受苦，佛教不兴，而心生慈悲，乃向阿弥陀佛请求派天神之子下凡降魔，振兴佛都。显然已具有了佛教色彩。

扎年扎西杰布　扎年弹唱曲目。

故事叙，扎年扎西杰布琴的来历和它独具特色的结构。

扎年是藏族传统的民间乐器，它是由六根琴弦所弹奏，六位民间弹唱演员，用西藏贡布地区的民歌，边弹边唱。

中华与岭国　岭仲传统曲目。

故事叙，中华皇帝的皇后是女妖，死后，叫保留她的尸体，说还可复活。但其尸体为害国家百姓。皇帝的女儿便稍信给格萨尔，请他来降伏女妖。格萨尔用计烧掉女妖尸体并开辟了汉藏友好往来的金桥。

日西日嘎和日西日玛　仲谐传统曲目。汉文版，八百六十八行，一万三千零二十字。塔热·次仁玉珍搜集，巴青县民间艺人才旺久美说唱。

故事叙，上方的日西日嘎和下方的日西日玛在一次打猎中，结为生死之交，并约定今后他们的儿女定为夫妻，将盟约书写成字据各留一份。

十五年后，日嘎送子拉布顿珠上路去与日玛的女儿相亲，在半途中被拉卡的父亲设下圈套，叫儿子托杜·拉卡半路接迎，并夺取了下方王位。随后在日玛家里杀牛宰羊为日玛·梅朵达珍和假日嘎·拉布顿珠举行隆重婚礼。而真公子日嘎·拉布顿珠成了日玛家的仆人。三年仆人已满，在日嘎·拉布顿珠准备返回上方的时候，日玛·梅朵达珍看出了事情的真象，用大量的事实说服父母亲要去上方找到自己命运中的丈夫。一路上日嘎·拉布顿珠暗中保护日玛·梅朵达珍。上方知道日嘎·拉布顿珠公子变为仆人后率兵前往下方找日玛算账，在途中相遇。日嘎·拉布顿珠劝解上方部落，说明日玛是无知被人欺骗。回上方后，日西日嘎为儿子儿媳举行了隆重的欢迎仪式，日西日嘎叫日嘎·拉布顿珠在上方管理部落，不要回下方去，但是在日嘎·拉布顿珠和日玛·梅朵达珍的请求下，终于说服了十八个日西日嘎部落，部落为他们举行了隆重的欢送仪式，当日玛夫妇得知女儿和女婿要回来时，下令十八部落百姓隆重举行欢迎仪式，并要求日嘎·拉布顿珠继承了下方王位。七年后日嘎·拉布顿珠得知父亲有病前去探望，在下方与上方父位同时由他继承后，他代理上方国事后，使上下两方国泰民安。

公牛怀孕　仲谐传统曲目。汉文版，一百四十七行，四千一百五十字。贡桑参坚搜集，拉萨市林周农厂格龙说唱。

故事叙，曾冬扎巴王子继承王位后不学无术，对百姓疾苦不闻不问。一些奸臣为了博取王子的欢心，怂恿他胡作非为，吃喝嫖赌，下流放荡。年老的大臣劝谏王子被打了五十皮

鞭，赶出王宫，大臣在四处流浪乞讨中收养了一位聪明的大脑袋孩子做养子。一天，大臣带养子回到王宫，养子用他的聪明才智制服了国王二十一个恶行，并利用国王命令让一百头公犏牛怀孕，使国王在惊吓中自尽，为国家赢得了太平。

少年俄力崩和姑娘次玛米　仲谐传统曲目。汉文版，二百六十一行，五千九百六十二字。1985 年拉萨市群艺馆搜集，自治区社会科学院益西旺姆说唱。

故事叙，在一个村镇的上区，住着英俊勇敢的少年俄力崩，下区住着美丽如仙女的姑娘次玛米，少年和姑娘每天在一起放马，渐渐的少年和姑娘难舍难分，相互眷恋。有一天少年和姑娘互相交换了信物，被女仆人发现告诉了主人。主人发现俄力崩很穷，便让大儿子带上弓箭去杀死少年俄力崩，大儿子见了俄力崩不敢杀死他，在半路上射死一只狼，在箭头上抹了很多狼血，告诉父母杀死了俄力崩。过了一段时间，黑心的女仆人发现少年还活着，主人又派二儿子去杀俄力崩，当他看到俄力崩后和大哥一样转身回家去了，在路上射死了一只狐狸把血抹了很多在箭头上，回家告诉父母杀死了俄力崩。又过了一段时间黑心的女仆人发现少年还在放牧，在主人面前又叫又嚷，主人叫小儿子去杀俄力崩，不杀死不许进家门，小儿子射中少年拿回妹妹的信物。

姑娘次玛米见少年死了非常伤心，在烧俄力崩尸体时，姑娘吩咐几句后纵身跳进火里，两人一同化为灰烬。

世界公桑　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》之一宗。

故事叙，格萨尔纳妃称王后的二年半时，因安多地区的山神土地等专看苯教徒和黑魔的眼色行事，对岭国不利。于是岭国举行煨桑祭神，祈祷保佑岭国。煨桑时有魔国命根子魔牛来把格萨尔射死，未能得逞。霍尔人入侵抢马，也被打退。

巧抗酥油差　仲谐传统曲目。

故事叙，山南人民把酥油都献给山南王了，家家户户都没有了酥油。一天，聪明的尼却桑布见山南王在阳台上散步，便大声吆喝一头小驴子说：“你这鬼东西，把奶吸光我们拿什么去交给山南王呀？”山南王听见了，便骂尼却桑布：“难道你不知道吃了驴子酥油，人会变成傻瓜吗？”尼却桑布说：“实在没有办法，没有牛、羊酥油了，只好交驴酥油，以前交的就是这种酥油。”于是，山南王命令把家中所有“驴子”酥油扔出去。尼却桑布趁机叫来众乡亲，把新鲜的牛奶酥油统统捡回来。

布芝姑娘　仲谐传统曲目。原名叫《重孜得巴先生和后藏的布芝姑娘》，出版于 1984 年 12 月，汉文版，一百九十六行，三千九百二十字。廖东凡、次仁卓嘎、次仁多吉搜集。日喀则城关镇平措布芝说唱。

故事叙，江孜城有位美女叫布芝，从小跟母亲过着清贫冷寂的日月。富家人有美女是宝贝，穷人有美女是祸害，布芝每天都在她阿妈眼前徘徊，怕官人欺负，流氓诈骗，就这样阿玛从来不让女儿在节日和集市上露面。

一天，阿妈帮人织氆氇去了，姑娘独自一人在家捻毛线，突然刮起大风，姑娘去房顶收羊毛被城里新来的青年宗本在城堡上看见。青年宗本自瞧见姑娘后，吃坐不安，像得了病，便带着佣人在大街小巷整整找了三天，终于找到了布芝姑娘。宗本对她讲他是管辖百姓的头人，加上佣人雷打雨淋的吓唬，布芝姑娘只好跟宗本去了宗政府。宗本老家有个很厉害的老婆，宗本在她面前也得让三分。一眨眼宗本卸任了，要把布芝带回家去，母女俩听说他老婆很凶，恳求留在江孜，宗本大怒，布芝只好跟随而去。快到家时，宗本把布芝扮成云游喇嘛来到了宗本家。一次，宗本外出办事，狡猾的女佣人发现布芝不是喇嘛，是一个比仙女还美的女子，告诉了女主人。女主人与佣人一起活活把布芝杀死，然后把布芝的头颅留在小经堂里，把身子埋了。宗本回到庄园知道一切后，非常难过，可又怕老婆，便趁夜晚没有人看见，把布芝姑娘的头颅丢进了年楚河。

央金拉姆　仲谐传统曲目。出版于 1984 年 12 月，二百八十行，五千六百字。廖东凡、次仁卓嘎、次仁多吉搜集，拉萨市城关区益西丹增说唱。

故事叙，在白雪皑皑的喜玛拉雅山下，一对老夫妇四十岁生下一小女孩取名叫央金拉姆，央金拉姆在十六岁时与两位姐姐在头人府上念书。头人想霸占央金拉姆，央金拉姆只好被迫离开家乡，来到扎西托美的地方。她买下一位破产主人的田庄，在女伴的管理下，生活过得一天比一天好，并在她父母派来寻找她的佣人奔走下，认识了皇帝的太子“恰古巴乔”。二位姐姐知道后，对妹妹有这么好的福气，特别不满，便找头人商量。头人给了一包毒药，她们趁太子不注意把药撒在卡垫上，太子因此昏迷不醒。皇帝、皇后召集东京医术高明的大夫，都治不好太子的怪病。央金拉姆多日不见太子，每天呼唤“恰古巴乔”的名字，但仍不见太子踪影，正在焦急万分的时刻，鹏鸟告诉了央金拉姆东京城里太子被两位姐姐所害的消息，并告诉了让太子起死回生的药方。央金拉姆来到王宫，献上药方，太子渐渐苏醒。皇帝、皇后见太子身体完全康复后十分惊奇，随后在皇帝的主持下，为太子和央金拉姆举行了隆重的婚礼。

北斗星的传说　仲谐传统曲目。

故事叙，在格萨尔王统治着西藏的时候，被消灭的魔鬼又变成了风暴，常常挟着砂石扫过高原，把庄稼和牛毛卷走得一干二净。人们住在帐篷里抵挡不住狂风的侵袭，人一天天少下去。后来，有七个兄弟修盖了坚固的房屋，让大家去住，抗住了风暴。天神听说了七兄弟的名声，便把他们请去盖房子，从此他们留在天上，变成了北斗七星。

卡契王国　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》之一宗。

故事叙，卡契的赤丹王征服尼泊尔、郭尔卡等周围各小国后，产生傲慢自大情绪，认为自己天下无敌。后来听说格萨尔英勇善战，无与伦比。赤丹王心中不服，便不听王妃与臣属劝阻，出兵攻打岭国，要和格萨尔一决雌雄。格萨尔组织兵力，反击侵略，一战打败卡契军，亲手杀死赤丹王。打开卡契国的宝库把宝玉和财物分发给百姓。

甲萨白萨　喇嘛玛尼和“仲谐”的传统曲目。甲萨白萨，意为《汉妃尼妃》，亦名《文成公主》或《松赞干布迎娶文成公主与尼泊尔公主记》。根据历史资料和民间大量的传说综合编创而成，作者不详。《文成公主入藏》、《藏王的求婚使者》这样的民间故事，在西藏民间早就广泛流传。最初见于文字记载的是七世纪松赞干布时代的《嘛尼全集》。十四世纪已经有比较完整的故事和详细的材料，被采录进著名的藏文史籍《西藏王传记》。十七世纪出现了说唱故事本《松赞干布迎娶文成公主与尼泊尔公主记》。后逐渐被喇嘛玛尼艺人和藏戏班子用于说唱和演出遂成传统的著名曲目之一。

故事的主要部分是聘娶文成公主的始末。“喇嘛玛尼”和“仲谐”艺人在说唱时，主要表现松赞干布派婚使噶尔·东赞去长安智娶文成公主的故事。通常称为《甲萨》，意为《汉妃》。故而汉文就称为《文成公主》。故事脚本语言通俗活泼，在情节安排的艺术表现上常有民间传奇色彩。体裁上属于说唱形式的诗文合体，亦即说话、对白是韵文的唱词，情节介绍是叙说的散文。

故事叙，七世纪中叶吐蕃藏族英主松赞干布，仰慕大唐文化，派出精明练达的使臣噶尔·东赞率领求婚使团，带着七枚金币和珍宝、铠甲等聘礼，赴长安请婚。这时，另有波斯、霍尔、格萨尔和印度的使者已到达长安，都希望能迎娶回文成公主。唐太宗在接见噶尔·东赞时，一连三次提出诘难，噶尔·东赞逐一打开松赞干布交给的密封信函，作出圆满的回答。唐皇回宫聚议，大臣考虑佛法弘传，主张将公主嫁给佛国印度；皇后想着经济，主张嫁给财国波斯；太子英勇好武，主张嫁给强国霍尔；公主本人喜爱英俊雄强之人，愿嫁给军国格萨尔大王。议论中没有一人提到吐蕃雪国的赞谱。在此为难之时，唐太宗决定出七个难题，对各国前来求婚的使者进行考试，谁能智胜，公主便嫁给该国君王。

第一道题是用丝线穿九曲璁玉，其他国家使臣都穿不过去，噶尔·东赞用丝缚住蚂蚁的腰，放在珠的细孔，慢慢吹气，让它爬过去，线也就穿成了。

第二道题是令各国的使节各领一百只羊，一百坛酒。要将羊杀了，剥皮、吃光肉，揉好皮，喝完酒。其他使节有的肉没吃完便醉倒了，有的皮没揉好便累倒，只有噶尔·东赞令随从们慢慢地小碗喝酒，边吃边喝边揉皮子，最后完成皇帝交给的“任务”。

第三道，唐皇命使臣认出一百匹母马和一百匹马驹各自的母子关系。噶尔·东赞令把小马驹单独关上一夜，只给草料不给水喝。第二天，放到母马那里去，小马驹都各自认自己的母亲吸奶去了。这样，吐蕃使臣又胜。

接着，唐皇又命拿出一百根头、尾一般粗的木棒令使臣认出头梢。噶尔·东赞将木棒推进水里，头重尾轻，重的沉下，轻的浮在上面，认得一清二楚。

后又经百只母鸡认雏和宴毕寻路回驿馆，其他各国婚使都败下阵来，只有噶尔·东赞沉着机敏，智慧超群，又都获胜。

最后，唐太宗将文成公主杂在三百位打扮得一模一样的美女里面，令使臣们找认，认

出者公主可随之而去。噶尔·东赞先找服侍过文成公主的老大娘打听公主的模样和特征，得知公主眉心有一颗朱砂红痣。吐蕃大臣照汉族老大娘的指点，终于认出公主。

于是，唐太宗便把公主嫁给松赞干布，并陪了许多礼品嫁妆。带上释迦牟尼佛像和大量汉族文化物品、技艺工匠和妆奁等，到拉萨举行了隆重的婚礼大典。

四不像　　藏语相声曲目。1983年索朗次仁创作，由拉萨市歌舞团曲艺演员土登和米玛演出。

作品叙，西藏随着社会的进步和发展，各方面都有了翻天覆地的变化，社会稳定，群众生活有了很大的进步。但作为日常语言方面仍存在一些不良的现象。如藏语里加进过多的外来语，话说得不伦不类，日常用语中既有汉语同时也有尼泊尔语、印地语。作品通过俩人风趣和幽默的对话，用日常生活中混杂着藏、汉，英语闹出的种种笑话，讽刺和抨击了当前社会上所存在的藏语语言不规范的现象。

作品一演出，曾引起了轰动效应，演出反映十分强烈，是当年在拉萨举行的全区文艺调演中唯一的一个荣获了创作一等奖和表演一等奖的节目，并被西藏广播电台和电视台制成了音像带。

白玛文巴　　喇嘛玛尼传统曲目。

故事叙，从前有一个国王，财富很多。他有一个跛子大臣，专门为国王作恶。国中有一个商人，很会经商。国王怕商人的财富超过自己，心里十分不安，那跛子大臣便给他出了个坏主意，要国王派他到大海里去寻龙宫之宝。那商人无可奈何，告别了自己的妻子，带了五百助手，乘船出海去了，一去不归。

那商人之妻在丈夫要出海时，产下一子，取名白玛文巴。白玛文巴长得异常迅速，一天等于别人长一月，一月等于别人长一年。他也非常聪明，所以母亲十分疼爱，怕国王知道了，再来害儿子，便把他关在屋里读书。

那白玛文巴生性好动，不愿呆在屋时，便悄悄跟其他小孩子到山上砍柴拣树枝，孩子们都取笑他没有爸爸。白玛文巴回家，向母亲询问爸爸的名字和历史，母亲责怪他不守规矩，打了一巴掌，再不理他。

一日，白玛文巴出外做生意，一位老太婆把他父母的经历告诉了他，他决心去找自己的父亲。

白玛文巴的活动，被跛子大臣知道，报告给国王。国王又不安心，决意斩草除根，又想派白玛文巴去大海龙宫中借宝。但国王心里很不踏实，觉得这孩子比他那无音无讯的父亲还要厉害。于是，又和奸臣商量，决定派他到罗刹国去取金锅、银匙。

白玛文巴接受命令，闯过了罗刹国魔鬼的许多关卡，最后到女魔王处，被女魔王一口吞了进去，那女魔王以为可以把白玛文巴吃掉，但白玛文巴是菩萨降世，在魔王肚里东踢西蹬，使她疼痛难忍，最后只好答应给他金锅、银匙。

那金锅、银匙是两件宝物，有无边法力，白玛文巴借助法力，一下子回到家中，见到了母亲。

国王获悉白玛文巴取宝生还，把他找去。白玛文巴献上宝物，国王感到十分惊奇，让白玛文巴带自己前去观看罗刹。到了罗刹国，白玛文巴当机立断，毅然把这个贪得无厌的国王推下山去，给罗刹魔吃掉，带着金锅、银匙，飞回国中，接替了王位。

白利羊国　　岭仲传统曲目。

故事叙，格萨尔征服朱孤后，转而进攻白利绵羊国（有说山羊国的），劝其国王拉赤投降。拉赤不听，被格萨尔杀死，夺其羊群分赐臣下百姓。

白利指康区的白利土司，也有说的是指尼泊尔，或波密之间的白玛岗。

安定三界　　岭仲传统曲目。

故事叙，格萨尔年老后，将王位传给后代（有说是儿子，有说是侄子——甲擦之子），自己重又回到天界。

西宁马国　　岭仲传统曲目。

故事叙，格萨尔十一岁时到西宁马国，降伏了妖魔赤达夏，救助穷人，压制富人，把马匹分给岭国各部落。

地狱救母　　岭仲传统曲目。

故事叙，格萨尔的母亲死后，被打入地狱，格萨尔知道后便闯入地狱，救出母亲和所有受苦的人。

地狱故事　　岭仲传统曲目。

故事叙，格萨尔的妻子佗女临终前叮嘱部众效忠夫王，把盔甲战马遗交给夫君，把衣服装饰留给格萨尔。特别是她拿出当初奇遇定情之物，祈求夫君实现新婚之夜的秘密誓言——从地狱里拯救亡灵并度入极乐净土。她死后沦入阴府，她虽据理力争，但阎罗机械执法，终于被判处遍受十八寒林诸苦。天神之子格萨尔，施展神通闯入阎君铁殿，定要推翻原判拯救出爱妻。阎摩罗虽然不能与格萨尔为敌，但也是受命于天的一方大王，又有天定的刑条律令，他以此与格萨尔全力对抗，势均力敌各不相让，局面僵持不可解决。这时，大慈大悲的观世音菩萨，提出了讨价还价各让一步互开方便之门的调解方案，即允许佗女脱离十八寒林之苦，但又要格萨尔同时携带十万亡灵出去。虽然不让佗女再吃苦，但却要她明了诸寒林残酷刑法的实况。佗女在格萨尔的引导点化下一步步走出地狱。佗女在这过程中对十八寒林的情景看得逼真，道理也明了许多，只是还有一个根本疑问："阎摩罗设置了如此残酷的刑法，这般地折磨生灵，他是否也在做恶造孽？是否也要依律按令受到同样惩处?!"回答是不可能！智慧的作者，把人死后人阴府的一道道险关都释为自我的幻觉，实际上是自身的一种重要机体，从而开导说：把自身的各种机体调理好，便可自然步入"极乐净土"。

老爷和奴隶　仲谐传统曲目。

故事叙，一次，老爷和自己的奴隶之间发生了一场争论。老爷坚持说："没有我养活你们，你们绝活不下去！"奴隶们则指出："我们离开老爷，日子会过得更好；老爷离开我们，你就没法活！"最后老爷叫奴隶们"滚蛋"！奴隶们在雅鲁藏布江边盖楼安家，开荒种地，过上幸福自由的日子。那位老爷呢，却用筐子去背水，用木棍吹火，把狗拴在粮仓里捉老鼠，骑着老母猪去打猎……骑马不会备鞍子，把马鞍吊在马肚下，自己又拴在马鞍上。

故事采用了夸张的手法，把老爷们的寄生性和愚蠢揭露无遗。

回　声　仲谐传统曲目。

故事叙，有一个宗本要修楼房，从四面八方抓来许多工匠劳役。他听说若是把一个属虎的八岁男孩埋到地基里，楼房就会坚固、耐久、永远不坏。于是，他便派人四处寻找，但久久没有找到。

后来，宗本用狡猾的诡计亲自抓了一个名字叫"其巴洛杰"的穷苦农奴的男孩，当宗本准备把其巴洛杰埋在楼基里时，男孩的父母找来要孩子。但是被宗本连抽带打赶出门外，父母就在门外喊儿子，儿子在门里答应着叫"阿妈！阿爸！"。最后，男孩被埋掉了。阿爸、阿妈哭喊着儿子的名字往家走，山峰和墙壁传出了应声。因此人们都说其巴洛杰没有死。他变成了回声，时刻答应着父母和乡亲们的呼唤。

西藏地区峰高崖陡，人们大声呼喊，极易产生回声。旧时代的西藏农奴主非常残酷，野蛮的反动统治者对农奴极为残恶暴虐。这两件事，本来是没有什么关系的。但是，在这则故事中，却以巧妙的艺术手法把二者联系起来，使人们在日常听到"回声"时，便想到反动统治者的野蛮和残暴，时时记着血泪斑斑的仇恨。

米拉日巴显神通训导日琼巴　仲谐传统曲目。汉文版，八十四行，二千五百二十字。李学琴、鄢玉兰搜集。

故事叙，米拉日巴的弟子日琼巴，先后两次赴印度，师父得知他从贡塘方向来。人们传言说日琼巴大获成功归来，本领超过了米拉日巴，行为举止都十分傲慢。米拉日巴一听心里不是滋味，决定找机会教训一下自己徒弟。

米拉日巴和日琼巴师徒俩来到一个辽阔无垠的大草原，这里无遮无拦，连小鸟大的避风躲雨之处也难以找到。突然之间乌云滚滚，狂风大作，鸡蛋般大的冰雹铺天盖地从天而降，日琼巴顾不上去照顾师父，只顾自己躲了起来。过了一会儿，冰雹小了才想起师父，东找西找怎么也找不着。他大声喊，在一个较高地方传来师父声音，过去一看只有一只牛角。师父在牛角里叫弟子快进来躲躲冰雹，说这牛角里又宽敞又安全。日琼巴心想这玩意这么小，怎能容下我呢？他试着往牛角里走，哪知连头和手都伸不进去，顿时羞愧难言十分愧疚。

经此事后，日琼巴在师父面前再也不敢妄自尊大了。

米拉日巴与纳若本琼斗法　　仲谐传统曲目。汉文版，一百四十行，四千二百字。李学琴、鄢玉兰搜集。

故事叙，噶举派的创始人之一的米拉日巴一心学习佛法，名声大噪，门下弟子如云聚集。

一天，米拉日巴带着弟子前往修行圣地冈底斯山，在途中遇到一个信奉苯教的本波，名叫纳若本琼。他要与米拉日巴争占冈底斯山，并提出相互比试法术。经过几次的比试纳若本琼都输给了米拉日巴，他十分难堪，但他不甘认输，提出最后较量，要与米拉日巴比赛登冈底斯山的峰顶以决胜负。第二天，天刚蒙蒙发亮纳若本琼就骑着大鼓飞向冈底斯山。米拉日巴还安详地坐在洞中参禅，弟子十分着急，怕把地盘输给了纳若本琼。米拉日巴叫弟子去瞧瞧，弟子回报，说纳若本琼已飞到山腰，正在慢慢的往山上飞。这时，太阳升起来了，米拉日巴手指一弹，身体离开地面，刹那间便飞到了顶峰，纳若本琼还在山脊上吃力地往上飞，纳若本琼仰头向山顶张望，恰好看见米拉日巴在峰顶打量着他，他又愧又慌一下从半山腰掉下来。最后的较量结束了，纳若本琼无话可说，只得将冈底斯山拱手让给米拉日巴。

米努绸缎国　　岭仲传统曲目。分上、中、下三部。

故事叙，米努女国，是一个岛国，女王达鲁贞自己统治中米努和下米努；副女王拉鲁贞统治上米努。信苯教。岭国征服白利国后，女王达鲁贞要为白利报仇，但副女王主张与岭国和睦相处，因而发生内讧。副女王向岭国求援，岭国来助战的格萨尔射死女王达鲁贞而获得胜利。

江拉和结拉　　仲谐传统曲目。出版于1984年12月，汉文版，二百八十行，五千九百字。廖东凡、次仁卓嘎、次仁多吉搜集，扎什仑布寺石达说唱。

故事叙，在一个村镇里，有两个邻居，一个穷，一个富，富的叫结拉，穷的叫江拉，结拉每天吃肉而江拉只能啃骨头。有一天，江拉抓住一块骨头，啃得津津有味，嘴里还发出“啧啧”的声音。结拉问，怎么了？江立说“可惜呀！可惜，肉的精华在骨头里，主人不吃佣人吃。结拉一听，觉得自己吃亏了，要尝尝骨头里的味道。江拉把一块骨头砸开，挑出骨髓递给他，结拉吃了，觉得果然很有味道，说：“江拉讲得对，骨头里边有美味。”从此，骨头就归财主啃，肉归江拉吃。

又一天，结拉饿了，叫江拉煮两个鸡蛋，江拉肚子更饿，煮好后吃了一个，另一个剥掉鸡蛋壳，搁在碟子里，端给主人。财主结拉问：“还有一个呢？”江拉说：“老爷，我吃了。”结拉非常生气，吼道：“你怎么吃的？”江拉抓起碟子里的鸡蛋，往嘴里一扔咕咚一声，吞下了肚子。告诉结拉：“我就是这样吃的呀！”

宇白扎西和夏嘎曲宗　　仲谐曲目。出版于1984年12月，汉文版，一百一十二行，二千二百四十字。廖东凡搜集，拉孜县拉孜村卓拉说唱。

故事叙，富家子弟宇白扎西和贫家女夏嘎曲宗自幼青梅竹马，长大成人后到了谈婚论嫁的年龄。宇白扎西的母亲嫌女方家贫，要找一位富家小姐，宇白扎西坚决地拒绝了。他找到夏嘎曲宗商量婚事时，夏嘎曲宗又提出父母因男方家庭太富有而表示反对。为了让女方父母同意结婚，夏嘎曲宗回家装病，宇白扎西扮成云游喇嘛到她家，让老两口去科科寺庙转四十九天经。老夫妻走后，二人结了婚。但是婆婆始终看不上儿媳，结婚不久就以家里没茶喝了，打发儿子去打箭炉驮茶，因来回要一年时间，夫妻二人难舍难分。儿子走后，婆婆天天折磨儿媳，烧焦了儿媳乌黑的头发，打得她遍体鳞伤，每天只给一碗奶渣水，一团酸酒糟，她天天站在山顶上等着丈夫的归来。一天遇到一帮商队，商人以为她是化缘的尼姑，施舍给她一点茶叶。当她遇到第三帮商队时，见到了宇白扎西。姑娘高兴极了，但她的丈夫也像前两帮商队一样以为她是尼姑，也施舍给她一点茶叶，姑娘痛苦地跑回家。宇白扎西到家后不见妻子，找到驴圈才找到哭得十分伤心的夏嘎曲宗。宇白扎西一看什么都清楚了，找到母亲，说妻子被罗刹打的不像人样了，他要带妻子去医病。并对母亲说："这群毛驴，就请您老人家放牧吧。"

朱孤兵器国　岭仲传统曲目。分上、中、下三卷，上中卷又各为二册，共分五册。

故事叙，朱孤的托部王崇信苯波教，反对佛教，拒东兴兵，侵入西藏，攻陷阿里、拉达克，直抵后藏。格萨尔征调属国霍尔、姜国、上蒙古下蒙古、黎国、象雄国及岭国本部各部落之兵将，迎敌朱孤。经过多次反复大战，最后格萨尔率各路大军北征朱孤并降服之，开启武器宝库，使朱孤兵器国皈依了佛教。

贡日水晶国　岭仲传统曲目，《格萨尔王传》之一宗。

故事叙，岭国占领了拉达克雪山水晶国两个部落，拉达克王熏奴呷卧发兵收复，岭国出兵攻击，结果雪山水晶国战败，其国王被格萨尔用刀砍死。

赤美滚丹　喇嘛玛尼传统曲目。

故事叙，白代国国王有一千五百王妃，只有一位格桑登姆生了一子，取名赤美滚丹。王子一坠地，便能念六字大明，以后又很快背熟经文。

一天，国王听赤美滚丹说，天下的人十分可怜，应该给他们以布施，使他们得到温饱。

不久，国王为赤美滚丹订亲，公主是邻国的门达桑姆，她是一位品德高超，相貌出众的公主。他们婚后十分恩爱，生了三个小王子，全家享不尽天伦之乐。

一日，国王和王子在花园赏花，只见门外一帮人衣衫褴褛，十分可怜。赤美滚丹看了，十分痛心，主张开国库对他们进行施舍，国王听从。

这时，附近有个敌国派来的老婆罗门来到赤美滚丹跟前，要求布施镇国之宝。赤美滚丹本无权布施这国宝，但看来人是个老朽，十分可怜，便偷取国宝给他。国王得知此事，十分恼怒，决定把王子流放到哈日山十二年。王子带着妻子和三个儿子起程上路时，百姓、大臣和部落头人都纷纷前来送行，并赠给许多礼物和金钱，赤美滚丹把所得礼物又布施给了

穷人。

一路上，赤美滚丹把自己所带的东西都送给了讨乞的人，最后把自己的儿子也送给婆罗门，夫妻二人来到十分荒凉的哈日山。

十二年很快过去，他们想起儿子和父亲，准备返回。在返回路上，遇见一个双目失明的老太婆，她要求赤美滚丹把眼珠给她。赤美滚丹欣然同意，从此王子便成了瞎子。国王听说儿子回来，派大臣前去迎接，大臣见王子落到如此可怜的地步，泣不成声，万分怜惜。

王子默默对佛祈祷，说为了解除妻子门达桑姆和大臣的痛苦，恳求神佛保佑让我的双目复明。果然，他双眼又恢复原状，三人赶路回国。

一路上，原来要去镇国宝的敌国君主，得悉王子流亡的原因，十分感动，便把镇国宝送还给王子，并深表忏悔。数十里外拈香迎接，举国欢腾。老国王把王位禅让给赤美滚丹，全民生活美满，百事遂心。

赤松德赞修建桑耶寺　　仲谐传统曲目。汉文版，一百九十六行，五千八百八十字。李学琴搜集。

故事叙，赤松德赞当政时期，吐蕃苯教与佛教发生了一场大辩论，最后以苯教失败告终。赤松德赞抓住这一大好时机，宣扬佛教优于苯教，大力推行佛法并决定在扎玛建一座寺庙。

国王与大臣周密计划后举行了寺庙的破土奠基仪式。国王请求菩提萨埵设计方案，菩提萨埵要求在修建正殿之前，先于南面建救度母佛殿，待所有的佛像塑造完毕，菩提萨埵又要求国王给阿弥陀佛建造一座神殿。国王下令修建供奉阿弥陀佛及五尊神像的佛殿，佛像的佛殿修好后，开始建造正殿。历时十二年，整个寺庙终于修建完毕，取名为桑耶永固天成庙，简称桑耶寺。桑耶寺建成以后，准备在举行开光庆典时，国王看见艺人表演的骆驼舞令他眼花缭乱，就命画匠将艺人表演的情节画在走廊的门背后，经过反复的挑选后才将最精彩的画面画在回廊里，然后举行了桑耶寺落成大典。

苏吉尼玛　　喇嘛玛尼传统曲目。

故事叙，有一个国王名叫达歪德本，他娶了一个魔女当王后。后来又发现附近森林中的一个修行者有一个女儿，叫苏吉尼玛，长得非常漂亮，便又强娶来当了妃子。此事惹起魔女的忌恨，便数次设法陷害苏吉尼玛，但都未遂，最后乃将国王亲族杀死，诬陷是苏吉尼玛所为。国王不察，信以为真，便命两个屠夫将苏吉尼玛带往坟场杀害，两屠夫不忍，把她放了。苏吉尼玛周游各处，宣扬佛法。后来魔女等听了佛法，忏悔过去谋害苏吉尼玛之罪行。事为国王所闻，始知苏吉尼玛冤枉，复迎至宫中团聚。后国王将王位传与王子，自己与苏吉尼玛都去修行。

阿达拉姆　　岭仲传统曲目。又称《魔篇》。

故事叙，格萨尔只身单骑披挂出征，首战擒获魔妹阿达拉姆，并纳为后妃。阿达拉姆赠

给格萨尔一个戒指，还提供了前往魔地的路线。格萨尔又继续前进，用戒指骗过魔犬的阻拦，杀死了守关的三头魔怪，制服了魔臣噶达青恩和他交了朋友，在噶达青恩的帮助下，趁魔王鲁赞外出巡山时，格萨尔撞入魔宫与爱妃麦萨相会。原来魔王是个巨人，魔宫的陈设用具都十分笨重巨大。格萨尔坐在魔王的床上，如同婴孩躺在大人的床上，只占一小角，双手举不起魔王的茶碗。于是，麦萨立即宰杀魔王的母牛慰劳格萨尔，使其身躯突然变得魁梧。但依然不是魔王的对手，只好暂时退出魔宫躲避。

这天魔王巡山归来，麦萨虚情假意对魔王说："近来，我尽做噩梦，恐有大难临头，万一大王有什么不测，我将依靠谁呢？"魔王说："世间任何人和任何武器都伤害不了我。我的四个灵魂寄放在一面湖泊中、一棵树里、一头野牛身上，其中一个灵魂附着在小鱼身上，然后嵌在我的额头上，只要湖泊不枯竭，树枝不砍断，野牛不射死，小鱼不损伤，我是不会死的！"

后来麦萨在魔王的库房里发现了制服魔王灵魂的三件宝物：一个头颅骨碗里盛着的污血、一把金爷头、一支金箭。麦萨把这三件宝物交给了格萨尔。第一次，格萨尔把污血倾入了魔王的"同命湖"中，湖水立即枯竭。此时，魔王就感到难受。第二次，格萨尔用金斧头砍断了魔王的"同命树"，魔王的精神随之萎靡不振。第三次，格萨尔用金箭射死魔王的"同命野牛"，魔王也就昏迷不醒。于是格萨尔进入魔宫，对准魔王额头上那条闪闪发光的小鱼，一箭射死了魔王。

阿色甲国　岭仲传统曲目。

故事叙，格萨尔变为红马头金刚，给超国授计，叫超国同去取阿色国的铠甲，结果引起战争，最后岭国战败阿色国，取得黄金甲和白银甲。

阿乍玛瑙宗　岭仲传统曲目。

故事叙，格萨尔派兵攻打玛瑙国，西藏王派人调解，阿乍王同意投降岭国，打开玛瑙库献出各种宝物。并由信苯教改为信佛教。

青年微德和少女萨措玛　仲谐曲目。

故事叙，青年微德相貌英俊却十分懒惰，让父母十分着急。一天，父亲让微德去集市买年货，但十五只羊却不许卖掉。在聪明美丽的姑娘萨措玛的帮助下，微德没花分文就带着年货回到家中。但父母很快发现微德并无长进，于是又给他一新的考验，问哪里有背山的人。微德只得再去向姑娘求救。萨措玛娓娓动听地讲述了一个坏男子的故事，又讲了一个良女的故事，微德终于领悟到父亲对自己的期望，从此要做一个能挑起人生重担的男子汉。姑娘和青年之间的爱情也成熟了。

青年阿美曲穷　仲谐传统曲目。出版于 1984 年 12 月，汉文版，一百四十行，二千八百字。廖东凡、次仁卓嘎、次仁多吉搜集，日喀则城关镇尼玛彭多说唱。

故事叙，阿美地方有一个牧马青年叫阿美曲穷，他有慈祥的父母，还有新婚的妻子，日

子过得幸福美满，结婚的第三天，青年曲穷在河边放马时，忘记了妻子的嘱咐，躺在草滩上睡着了，他梦见桑耶寺女神阿拉白姑，请他去一趟，醒来的时候全身没有力气，他赶马回到家中就断了气。他的魂被桑耶寺女神阿拉白姑招去后，曲穷不服阿拉白姑，她很生气，给曲穷一个收魂袋、一根索命绳、一条牦牛尾，命令去收人的灵魂。他看见青年姑娘、老的、少的玩得特别开心，都不忍心带走其中的一个。在毫无办法的情况下，青年曲穷来到人间，找到了多仁少爷。他将多仁少爷带到了桑耶寺，阿拉白姑叫多仁少爷吃人肉，他吃了；叫他喝人血，他喝了；叫他穿人皮他穿了。从此，多仁少爷愿意留在阿拉白姑身边。青年人回到了阿美地方，跟父母妻子团圆了。

青蛙骑手　仲谐传统曲目。

故事叙，一对穷苦的老夫妻，无儿无女，老来生了一只青蛙。青蛙大了，便去讨土司的三姑娘做了妻子。后来，三姑娘觉察出青蛙就是赛马会上年年得第一、雄武、英俊，人人仰慕的骑手。三姑娘高兴之余，心恨蛙皮隔断了他们相亲相爱，便将蛙皮烧了。谁知青蛙骑手因体力尚不足，没有蛙皮保护，即将死去。为了挽救青年骑手的生命，三姑娘赶往遥远的西方求助于神，但因土司父亲的阻挠，未能按时完成神的嘱托，眼睁睁看着心爱的青蛙骑手死去。姑娘天天到坟前悲泣，后来就变成坟前一尊石像，立着，像在永无休止地祈求着什么。

青稞种子的来历　仲谐传统曲目。

故事叙，相传一个叫阿初的王子，为了叫人民有粮吃，历尽艰辛，克服了无数困难，在山神的帮助下，从蛇王那里盗来了珍贵的青稞种子，但不幸自己被蛇王变成了一只狗，这只狗带着青稞种子来到一个土司家，取得了善良的三姑娘的爱情，才得恢复人身。由于他们幸福的耕耘和播种，从此人们有了青稞。

奇怪的王后　仲谐传统曲目。汉文版，九十六行，一千九百二十字。1984 年贡桑参坚、达瓦扎西搜集，拉萨市林周县穷多乡达珍说唱。

故事叙，曲嘎微巴王国，财富比得上龙宫，但是王子僧格玛坚继承王位后，花天酒地，放荡不羁，挥霍无度，百姓对苍天祷告，有很多人流着眼泪离乡背井。可是国王仍是胡作非为，欺压民众。眼见魔鬼横行，一些老大臣痛苦地隐居山林，宫廷中奸臣当道。一天坏心眼的大臣在三十六个地方给国王寻找王妃，在达瓦嘎采地方找到了年方十六岁美如鲜花的姑娘。好色的国王得知后，便马上要拉珍玛姑娘成亲。拉珍玛在没有办法的情况下，同意了成亲，但要求国王必须要用轿子迎亲。在浩浩荡荡迎亲队伍前往达瓦嘎采地方接王后的时候，拉珍玛和她母亲用计，在轿子中装进了一只大白母猪。当女仆们慢慢掀开轿帘，轿子里的母猪突然蹿下轿来四处乱跑，国王和坏心眼的大臣看见后，两人瞪着眼睛惊呆了。

英雄诞生　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》之一宗。

故事叙，尕部落杀了岭国总管王戎擦叉根的儿子，岭国发兵报仇，尕部落战败，首领逃

走。首领的妻子尕姆被岭国抢走，成了僧伦的妻子。他们便是格萨尔人间的父母。在尕姆怀孕时，僧伦的第三个妻子纳提门，担心尕姆若生男孩对自己不利，便和僧伦的弟弟晁同勾结，挑拨离间加害尕姆，尕姆因此被赶出家门。尕姆只好住在荒郊野外的破帐篷里，格萨尔就在这恶劣的环境中降生人间。

岭与姜国　岭仲传统曲目。又名《征服善地》、《保卫盐海》。

故事叙，姜国前来侵夺岭国的盐海，格萨尔起而反击。姜国的萨丹王本领高强，格萨尔难以取胜，便首先收降了姜国太子拉托居尔。格萨尔又变成一条鱼，在海中游，萨丹王下海游泳，口渴了喝水时，把鱼喝进肚里，格萨尔变成千辐轮，终于降服了姜国萨丹王。

有的异文说，在双方作战中，格萨尔趁萨丹王坐静之机把其妻子、马、侍卫等弄死。萨丹王大怒，便跳入海里洗澡喝水，准备和格萨尔大战，格萨尔先变成一只小虫，钻进萨丹的肚子里唱歌，气得萨丹暴跳如雷，便用刀剖开肚子想抓格萨尔，结果自己肚破而死。

岭与门域　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》之一宗。

故事叙，过去门域国曾抢夺岭国财物，杀害岭国英雄。岭国早想报酬。后来晁同听说门国国王辛哲的女儿非常美丽，想娶来为妻。但辛哲不肯，因而发生战争。晁同打不过辛哲王，便请格萨尔援助。辛哲王战败后便卷云驾雾升在天空，格萨尔追至空中打死辛哲。

国王岭色曲结和妃子梅朵玲孜　仲谐传统曲目。廖东凡搜集，1979 年日喀则城关区玉珍说唱。

故事叙，在察绒顶地方，有一位国王叫岭色曲结，他有一位美丽的妃子叫梅朵玲孜。国王的哥哥阿库贪恋妃子的美色，将妃子骗出王宫，来到荒山中人熊洞口。他向妃子提出，或者与他睡觉，或者把妃子推到人熊洞中。妃子不从，被阿库推入人熊洞里。妃子从此成了人熊的妻子，并生下两个小人熊。一日，一位商人路过人熊洞，见到赤身裸体的妃子，回去后报告了国王。国王赶到人熊洞向妃子唱起妃子喜爱的歌，但妃子长期野外生活已听不懂歌词内容，国王见状流下伤心的眼泪。但国王并未灰心，在野外呆过一夜后，又把前一天唱的歌重唱了一遍，妃子听后慢慢有了表情，国王抱起妃子两人留下了悲伤的眼泪。妃子答应跟国王走，但是要求国王不要伤害大人熊。妃子走了，刚好大人熊赶来，用凄惨的声音吼叫着："我的姑娘！我的姑娘！"国王与妃子回到察绒顶，百姓知道真相后，都说阿库的心肠比大人熊还狠毒。人们拥进王宫，愤怒地将阿库打死在王宫里。

国王招女婿　仲谐传统曲目。

故事叙，国王的女儿要结婚，国王便派人四处去找英俊的青年来当女婿。找到一个属虎的青年，正可入选，但他却已有情人，不愿意。国王设法把他逼骗了来，强迫他当女婿，并用地位和金钱诱惑他。青年坚决不从，将远处巨石射碎，以自己的雄武和决心，吓得国王只好放他回去。

与此故事相类似的还有《魔鬼选女婿》、《才旺绕登和才仁吉姆》等。

“哎！拉加里”的来历　仲谐传统曲目。

故事叙，从前在西藏山南拉加里地方住着三兄弟，一个是画师，一个是木工，一个是铁匠。他们都很能干，又热心帮助穷哥们，所以得到大家的拥护和喜爱。

这事被当地的拉加里王知道了，他很害怕便想方设法迫害三兄弟，但是都失败了。后来他想出一条毒计说天神要求三兄弟到天上去修建宫殿，去的办法是架起柴堆，泼上酥油，让三兄弟坐在上面，像火葬一样，点起火来，用浓烟烈火将他们送往天界。三兄弟识破了他的阴谋，便预先挖了地道，趁浓烟滚滚，从地道逃走躲了起来。

过了一段时间，三兄弟去见拉加里王，说是天神请他去天界赴宴，于是如法炮制，把拉加里王送入浓烟烈火。

故事中歌颂了劳动人民的聪明才智和勇敢，鞭挞了反动统治者的狠毒、愚蠢。采用了以其人之道，还治其人之身的手法，最后让拉加里王在熊熊烈火中，以“哎！哎！”的哀叫伴其“开卷仙界”，颇为风趣。

卓娃桑姆　喇嘛玛尼传统曲目。

故事叙，在曼扎岗地方，有个国王叫嘎拉旺布。他有一个魔妃，名叫哈江，没有生过一男半女。

一日，国王去林中打猎，忽然猎狗不见了。一行人穷追到一座房子跟前，见到一对老婆罗门，要他俩交还猎狗。婆罗门夫妇不明白怎么回事，国王、大臣和随从便闯进房里搜查起来。进到里屋，见到有一位仙女般美丽的姑娘，国王像丢了魂一般，要把姑娘带去当妃子。

那姑娘是天仙赐给老两口的宝贝女儿卓娃桑姆，她本来想飞回天界算了，但老两口苦苦哀求，只好留下，既然留在人间，就只好被国王带走。

迎亲那天，举国欢庆，国王对万民百姓讲，从今日起大家都来崇信佛法。

卓娃桑姆在宫中认真修行，不久生下了一位公主，取名贡杜桑姆。又过了三年，生下了位王子，取名贡杜列巴。

一日，妖魔哈江的女仆见卓娃桑姆母子三人幸福地在园中玩耍，便去对妖妃报告。哈江咬牙切齿，决心把她们母子三人吃掉。

卓娃桑姆知道大事不好，决心应仙人所指，飞上天去，留下年幼的姐弟二人。公主和王子来见父王，国王也哭得昏了过去。

这时，哈江召集众奸臣，弄药水给国王喝，使他变成疯子。然后把他关进黑牢里。哈江又想方设法要除掉卓娃桑姆的一对子女。她说得了魔病，须吃公主和王子的心才能治好。于是，命二屠夫前去宰杀。二屠夫不忍心杀死公主和王子，叫他们好好隐藏，他俩杀了两只狗，把狗心献给哈江，想蒙混过去。（另有一种曲本称是另捡了两个小孩）

不久，哈江发觉公主姐弟二人仍然活在人民，便装神弄鬼，让二渔夫把姐弟二人扔到海里去。

二渔夫可怜公主和王子，把他们放走，叫他俩不能再返回国中。谁知，在森林里，又被哈江派来的人骗了回去。哈江又命令二猎人将姐弟二人背到山崖上摔死。

二猎人中，年纪大的心发怜悯，把公主放了；那个年轻猎人背着王子，不愿放掉，把他扔了下去。

这时，在天上的卓娃桑姆，变成一只大鹏鸟，把王子接住，轻轻搁在崖下的海滩上，一只鹦鹉把王子带到白马坚国，被白马坚国人民拥立为国王。

那公主沿途求乞，来到白马坚国城下，被人发现，姐弟相认，从此在白马坚国一起过幸福生活。

不久，消息传到哈江耳里，她发誓灭绝姐弟二人，便召集全国军民，出征白马坚国。

新国王贡杜列巴亲自率领全体军民迎击哈江。结果，把哈江打得像肉饼一样，埋入九层地下，上面还盖上一座镇妖塔。

王子贡杜列巴又带兵来到曼扎岗，放出了父王嘎拉旺布。嘎拉旺布恢复王位，贡杜列巴仍然回白马坚去当国王。

金城公主　　仲谐传统曲目。汉文版，一百四十四行，四千三百二十字，李学琴、鄢玉兰搜集。

故事叙，吐蕃王赤德祖丹的儿子绛察·拉温长到了娶妻的年龄，众臣商议娶金城公主为妻。商议决定后，由聂赤桑前去唐朝京城，向唐帝敬献贡品后，请求将金城公主许配给吐蕃王子绛察·拉温，唐帝答应赐婚。金城公主从自己的宝镜中得知她终身伴侣在吐蕃，未来的丈夫是一位英俊潇洒的王子，对父亲许下的这门婚姻非常满意。公主随吐蕃的迎婚使者，带着丰厚的嫁妆和无数工匠离开了始严县，经过一路艰辛，来到了吐蕃与唐朝的交界地，突然金城公主悲从心来，感到十分不安，打开宝镜看，神仙般可爱的王子没有了。这时赤德祖丹派来使者告诉金城公主，绛察·拉温他已不在人世了，问公主是留是返悉听遵便。公主一听心如刀绞，但仍旧对使者说："好好婚姻大事一生只能一次，唐蕃既已联姻，我只能到吐蕃去。"金城公到了吐蕃，赤德祖丹便按照吐蕃的婚俗，封公主为自己的王妃，在她前往拉萨朝拜后，得到大臣的信任，更得到了赤德祖丹的宠爱，不久为赤德祖丹生下一位小王子。

金顶王子和银圈公主　　仲谐传统曲目。汉文版，三百三十六行，六千七百二十字。塔热·次仁玉珍搜集，聂荣县玉才乡牧民扎西才旺说唱。

故事叙，金顶王的大王子吉布·尼玛顿珠奉命穿戴华丽衣冠，骑坐高头大马，前往银圈王国参加银圈王三个公主的选亲，不幸在半路病死。银圈王得此消息后，下旨选婿暂停一年后再进行。

第二年又到了银圈王选女婿的日子，各国王子、牧主及富商公子纷至沓来，然而始终不见金顶王的小王子，却来了一位老僧。老僧先试探三位公主，最后恳求三公主选他为夫，

善良的三公主堇措无奈，答应了老僧。银圈王久等不见金顶王的二王子，只好决定选婿仪式开始进行。大公主选的是美貌和穿华贵衣冠的古格西吉王；二公主选邬措达色诺吉王为夫；最后，三公主堇措把彩箭交给了老僧。银圈王恨三公主无能选了老僧，将三公主赶出了家门。原来银圈王不知当年选婿，金顶王的大王子穿戴华丽衣冠前往候选，不幸中了嘴邪，半路病倒身亡。金顶王二王子一则为了避嘴邪，二则为了探明三位公主的人品，将自己变成一个讨饭的老僧前去。尽管受尽了屈辱，吃尽了苦头，终于娶来了银圈王最美丽、最勤劳、最贤慧和最善良的堇措公主。他们在金顶宫举行了盛大婚礼，相亲相爱生活着，生了一男一女，过着神仙日子。

治穷致富　藏语相声曲目。1980 年索朗次仁创作。拉萨市歌舞团土登和米玛演出。《治穷致富》反映了在十年浩劫期间，万恶的"四人帮"在西藏，给藏族群众带来种种灾难的情景，和鼓励人们砸碎"四人帮"的精神枷锁，坚决走治穷致富的道路。这个相声是继 1960 年洛桑多吉改编侯宝林表演的相声《醉酒》之后，在相隔二十年之后的改革开放初期，用藏语写的第一部藏语相声作品。该节目在拉萨市郊演出时，深受群众的热烈欢迎。有许多群众自发地来到演员面前含着热泪，紧紧握着演员的手说："你们短短的演出，比县里乡里开很多会还起作用"。1981 年，在拉萨举行的全区首届曲艺调演中，《治穷致富》荣获创作一等奖，并由西藏广播电台、西藏电视台等进行了录制和播放。

放牛娃登巴则　仲谐传统曲目。汉文版，一百六十二行，四千五百三十六字。1985 年拉萨市群艺馆搜集。

故事叙，登巴则受骗与别的孩子把自己家的牛杀了，因此被赶出了家门。后遇到空中的乌鸦、地上的老鼠和猴子帮助他，老鼠送给他国王宝库里的五谷杂粮和金银；乌鸦叼来热格玛公主的项链送给他；猴子为他盖起了最漂亮的宫殿。在老鼠、乌鸦、猴子的帮助下，放牛娃登巴则过上了神仙一样的日子。当老鼠和猴子看见天上的飞鸟双双飞过，地上的野鹿对对漫游时，它们开始想办法要为登巴则娶个妻子。乌鸦开始想办法要为登巴则娶人间最美丽的公主热格玛，乌鸦用它从热格玛公主那里叼来的项链，在老鼠和猴子的帮忙下，终于将爱情的金箭射中了公主热格玛和登巴则。从此，公主热格玛和放牛娃登巴则结成百年之好。他们和乌鸦、猴子、老鼠一起，过着幸福的生活。

帕普活佛　仲谐传统曲目。汉文版，八十一行，一千九百四十四字。1985 年 5 月贡桑参坚、达瓦扎西搜集，尼木县桑日区达仲乡坚参说唱。

故事叙，有一个不学无术的假活佛，经常对他的徒弟说，他是转世活佛，弟子死后他可以超度他。

有一天，师徒二人去农民家里念经，活佛把别人摆的"三洁白"供品，和新出罐儿的头道青稞酒偷喝了一个净光。到了吃中午饭时，他俩又美美地吃了一顿灌羊肠和炒羊肺，还趁主人不注意，把一长串热腾腾的羊肠塞进了自己的帽子，准备回去后做灌羊肠和炒羊

肺。没羊，活佛叫徒弟到羊圈去偷；没葱，叫去邻居家菜地偷。第二天，活佛出去假念经，叫徒弟在家将偷来的羊、葱做供品，谁知一头猪串进了家来，将羊肠、羊肺吃得干干净净，还将满屋弄得又脏又臭。徒弟抄起木棒打了猪三下，不一会儿就死去，徒弟见犯了杀诫又悔又怕，他撒谎给活佛说："我们家来了一位脸上长有法轮纹、身材似大象、比老鼠又要肥得多的行者，为了表示虔诚之心，我用家里的檀香棍在他头上敲了三下，他在我们家里留下九个'加持'的喳喳就吼着叫着圆寂了。"活佛一听，简直惊呆了。

泽林·尼玛滚觉　仲谐传统曲目。汉文版，二百八十行，五千六百字。廖东凡搜集，日喀则城关镇尼乔说唱。

故事叙，日喀则城里有位贩运茶叶商人的独生儿子泽林·尼玛滚觉，在阿爸、阿妈不同意去贩运茶叶时，便去找自幼相好的情人珍布玲孜，说服了阿爸、阿妈与商队去康定城贩茶叶。经过几个月后他同大伙来到康定，卖去氆氇、皮毛、药材，买进茶砖、丝绸、瓷器。第二年开春与商队不停的往家乡赶路，在路过蓝幽幽的神湖时，一条小金鱼摆动尾巴溅起水花，变成一条白氆氇，不前不后，恰好把尼玛滚觉连人带马卷进了海底。伙伴们又惊慌、又焦急，整整三天三夜都没有打捞着尸体，只好继续赶路，伙伴们离家乡越近，悲痛越深，珍布玲孜见三批商人都已回来，不见尼玛滚觉，伤心昏倒，起来后沿商队脚印日夜赶路，逢人就打听。一天她实在太累了，躺在湖边休息，突然听到了尼玛滚觉在湖底喂狗的声音。尼玛滚觉是被龙女用魔绳捆到湖底要和他成亲的，他不答应，龙女强迫他在龙宫喂狗。珍布玲孜听见声音忙丢下一只戒指，尼玛滚觉认出了是珍布玲孜的，知道了连心的情人在找他，他也摘下了戒指送到了她身边。珍布玲孜得到了尼玛滚觉的戒指，双脚一抬走进了湖里，珍布玲孜走一步湖水就退一步，最后湖里只有站在她面前的尼玛滚觉，他俩骑着一匹骏马，高兴的朝自己家乡奔去。

宗巴赞帽　岭仲曲目。中国曲艺家协会理事土登编创，土登、龙日、阿旺洛珠说唱。

故事叙，霍尔白帐王蓄谋已久，率众侵犯岭国，不但抢走王妃珠牡，还将君王的亲兄弟贾嚓斩首示众。格萨尔王巧妙地变幻成机智多谋、技艺超群的民间说唱艺人三兄弟。他们走遍雪域本土，游历祖国内地，出访毗邻印度，历经艰辛，排除危难，聚集羽翎、箭矛、锦缎等制成了帽子，然后进入霍尔境内。他们体察民情，深究时尚，以精湛的演技征服敌阵将士，斩取敌国王首，为岭国报仇雪恨，立下了丰功伟绩。

降服魔国　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》之一宗。

故事叙，格萨尔为救回被魔王鲁赞抢走的次妃梅萨绷吉，只身前往魔国，铲除魔王。他先征服了魔王的守边大臣，然后又征服了魔王的妹妹，终于与梅萨绷吉取得联系。他们里应外合将魔王鲁赞射死。格萨尔喝了被梅萨绷吉下了迷药的酒，失却了记忆，便与梅萨在魔国住了九年。

姑娘普珍　仲谐传统曲目。汉文版，一百六十二行，四千二百一十二字，1985 年拉

萨市群艺馆搜集，拉萨市城关区雪居委会益西丹增说唱。

故事叙，在吉雪有一对夫妇一年四季辛辛苦苦，为人补鞋补砂锅，可到头来屋内屋外的财产只有一头牛，唯一使老夫妻感到安慰的是他们有一个十六岁的女儿普珍，长得漂亮，心眼聪慧机灵，双手又巧又能干，常为父母分忧解难。

一天，普珍上山挖野菜，行至当怕认识了青年达拉，他们感情日渐深厚，越来越难舍难分，自己决定结成夫妻，完婚后普珍要回去看望阿爸阿妈。回到家中，邻居老太太告诉她，自从普珍她走后，父母到处打听她的下落，可没有一点音信，不到两个月他们一前一后就死去了。普珍听后悲痛万分，想随父母而去，又舍不得恩爱丈夫，痛哭了几天几夜，只好回当怕。一路上，普珍悲悲切切，无精打采，经过一个悬崖口时因马受惊，普珍被冲下悬崖。达拉找到普珍尸体悲痛欲绝。在焚烧普珍的尸体时，达拉跳进火里，两人化成了灰烬。九十九天后，达拉化身变成了一只金翅鸟，普珍化身变成了一只银翅鸟。从此，两只鸟儿飞翔在高山顶，相亲相爱，生死永随。

姑娘卓朵措姆　仲谐传统曲目。汉文版，一百六十二行，三千二百四十字。1985 年拉萨市群艺馆搜集，拉萨市益西丹增说唱。

故事叙，在一个偏僻的山谷里，住着一对贫苦夫妇，他们有两个女儿，小女儿卓朵措姆长得漂亮，性情贤慧。不远的山谷住着一个没有成婚的国王，一天卓朵措姆的父亲到国王那里借粮食，国王要求陪他玩子索和砥果打赌，定下的赌注是国王输了给庄园粮食，卓朵措姆的父亲输了把小女儿嫁给国王。经过上午与下午的几番赌注，卓朵措姆的父亲输了，只好把小女儿卓朵措姆嫁给国王做新娘。大女儿得知妒火中烧，便下了害人之心，在迎亲的当天早上，她给妹妹一柄锋利的匕首，要求她在路过金山时在自己身上戳一下，路过松耳石山在身上戳一下，路过海螺山要用尽全部力量扎进自己身体，卓朵措姆照办后，鲜血流了一路，咬着牙坚持到了国王庄园，等婚礼完毕，倒地死去。国王悲痛万分，把尸体抬到山上，点燃干柴，可火苗不碰姑娘的身体，国王痛心地喊了一声“卓朵措姆”纵身跳进火堆，顷刻，两人化为灰烬。

从此，卓朵措姆的姐姐受到众人唾弃，在人面前永远抬不起头来。

胡姆宗巴　仲谐传统曲目。汉文版，一百三十五行，一千四百八十五字，1985 年拉萨市群艺馆搜集，拉萨市城关区巴日库娘热乡丹增说唱。

故事叙，少年干加鲁和姑娘胡姆宗巴从小相好，可姑娘的父母早把女儿许给蒙古头人订了终身，父母指令就像威严的雪山，姑娘无法违抗。她含泪来到蒙古，离开家乡、离开她心爱的少年，一直闷闷不乐，茶饭不香。当她得知少年干加鲁自她离开家乡后成了疯子，不知去向，姑娘泪水滚滚，纵身跳进了波涛汹涌的大河中。

珊瑚大战　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》之一宗。

故事叙，从前岭国的超国等人曾袭击珊瑚国村庄，后来珊瑚国又杀了到卫藏的超国僧

人，结有宿怨。因而岭国发兵，进攻珊瑚国。途中为阿扎部落所阻，交战三年，经藏王调解始得前进。后打败珊瑚国，将珊瑚国王达孜杰保杀死，打开珊瑚城珍宝库分赐臣下百姓。

茶和盐　仲谐传统曲目。

故事叙，两个土司是仇家，但他们的子女美梅错和文顿巴却通过长期共同的劳动而彼此相爱。这事被美梅错的母亲——女土司知道后，非常恼怒，便派人将文顿巴射死。

美梅错闻知文顿巴死去，便赶往火葬场，跳进火葬堆和文顿巴一同烧化。女土司又把他们的骨灰分开，埋在河的两岸。经过反复斗争，最后，文顿巴变成了盐，美梅错变成了茶。大家知道，藏族喝茶一定要放盐，所以每当人们喝茶的时候，他们便相会。女土司再也无法破坏。

俄曲河边的传说　仲谐传统曲目。1979年拉孜县拉孜村卓拉说唱。

故事叙，俄曲河畔的北村有个牧马少年，南村有个牧羊姑娘，从小一起长大，相亲相爱一时见不到都会想念。一晃到了结婚的年龄，没想到姑娘家为她找了一个大她二十岁的商人，第一天下定，第二天就迎亲走了。小伙子得到消息，骑着快马飞快地追赶上迎亲的队伍，但只听到了姑娘悲伤的歌声。婚后的姑娘，时刻想念着自己的心上人，但只能坐在氆氇机旁，唱着忧伤的歌。一日，门口传来要饭人的声音，姑娘一看正是日思夜想的亲人，便哭着对婆婆说："婆婆呀，他是我的本家哥哥，让他上楼坐一坐吧。"原来，小伙子跟随迎亲队伍后面，看着姑娘进了丈夫的门后并没有回家，而是在山里打了许多野兽，赚了不少钱。但是，离开心爱的人有钱又有啥用呢？他又进哲蚌寺当了苦行喇嘛，熟读了不少经典。然而，对姑娘的思念更加频繁地折磨着他。终于他又离开了寺庙，一路要饭才又见到了心爱的人。当启明星升起在雪山上的时候，两个人影离开了商人的家，奔向很远很远的地方，去寻找他们的幸福去了。在故事结束时，仲谐艺人有一句话："他们能不能寻找到真正的幸福呢？我讲故事的人就不知道了。"

活佛算卦　仲谐传统曲目。

故事叙，从前一户人家的儿子被头人征去打冤家。过了很久还没回来，父亲很担心，便到活佛那里去算卦。活佛算卦说他的儿子死了，父亲很悲伤，便请活佛去念经给儿子超度。之后，把儿子最珍爱的一匹白马献给了活佛。活佛大喜便牵着马往回走，路上恰恰碰上平安回来的儿子，结果马没到手还丢尽了面皮。

说唱大哥　仲谐传统曲目。汉文版，七十七行，一千五百字。拉萨市群艺馆搜集，达瓦扎西说唱。

故事叙，有个人欠下国王尼玛恰巴一千五百克粮食。他无法弄清这是从哪一辈祖宗传下来的沉重债务。他一年四季愁眉不展，哭丧着脸，看样子前景悲惨。他字不识几个，可却有个不大不小的本事，即能说会唱，方圆几百里很有名气。

有一天，国王派人去请他来说唱。开始他不敢在国王面前唱，国王说，你想唱什么就唱

什么，只要让国王我高兴就行。当他唱完后，国王高兴得合不拢嘴，连连说："唱得好！唱得好！"并说："等到十五日供桑节那天，政府官员、寺庙众僧和各庄园贵族都来参加典礼，你要像今天一样，献出最好的唱词，到时会免去你欠下的债。"

贺　喜　　折嘎曲目。

故事叙，折嘎桑日顿珠与小兄弟益西平措在金秋时节，带着丰收的喜悦，肩披面俱，身挎扎年从家乡来到古城拉萨，崭新的市容跃入眼帘。登上布达拉宫鸟瞰，看见座座林卡好似婀娜多姿的孔雀开屏。游览八廓街后走进一条小巷，碰上有一家正喜办婚事。两位折嘎欣然前往，热情祝福吉祥如意。新婚夫妻笑脸出迎：端起"其玛"盆，捧着青稞酒，欢迎吉祥的使者。敦厚的老阿爸喜出望外。向折嘎俩称赞自己的爱子和儿媳，在建设社会主义新西藏中的贡献。他俩情投意合，结成终身伴侣。

两位折嘎艺人听罢，载歌载舞，赞叹颂扬。生动地反映出西藏城乡发展兴旺和人民生活走向富裕的景象。

退休老人的心愿　　扎年弹唱曲目。

故事叙，桑珠等八位曾对西藏的革命和建设事业做出过贡献的老人，他们虽然早已退休在家，但他们那颗全心全意为人民服务的火热的心却永在闪耀着光芒。今天他们又凑在一起热心地讨论起街道治安、卫生等问题。

桔子姑娘　　仲谐传统曲目。出版于 1984 年 12 月，汉文版，一百九十六行，三千九百二十字。廖东凡、次仁卓嘎、次仁多吉搜集，日喀则城关镇尼玛彭多说唱。

故事叙，达瓦王子在一背水老阿妈的指点下经过了七七四十九天艰苦道路，终于来到了一片鲜花盛开的峡谷，在金晃晃的桔子林中找到桔子姑娘。有一天王子正躺在绒毯一样的芳草上枕着姑娘的膝头进入梦乡，被湖边山崖洞里的魔女看见，便想出了恶毒的主意陷害桔子姑娘。魔女要桔子姑娘去湖边和她比美，魔女比输了，魔女用计换了桔子姑娘的全身衣服后，把姑娘推进深深的湖中。魔女来到王子身边，在宫庭里举行了隆重的婚礼。过了七天桔子姑娘在湖中变成了金光灿烂的莲花。王子摘回莲花供在佛堂，魔女知道是桔子姑娘化身，半夜摸进佛堂将莲花揉得粉碎，撒在花园中。几天后，花园里长出了一根高大的桃树，结满了硕大的鲜桃，魔女叫王子全部分给百姓，一会儿桃子摘光了。一位老太婆来时鲜桃已摘光，便在小草丛中找到了一只很小的桃子，带回家装在一只箱子里。桔子姑娘把她被害的经过告诉了老人，随后便留住在老人家里了。在魔女要吃桔子姑娘心肝时，老人告诉了王子真相，王子拉开宝弓一箭把魔女送进了地狱。从此，达瓦王子和桔子姑娘恩恩爱爱，再也没有分开过。

真假新娘　　仲谐传统曲目。1979 年日喀则城关镇平措布赤说唱。

故事叙，山前山后的两家主妇同时怀上了小孩，二人商议如果将来都是男孩让他们做兄弟，如果是女孩让她们姐妹相称，如果是一男一女就让他们成为夫妻。不久，山前的妇女

生了一个男孩，山后妇女生下一个女孩。小女孩非常美丽，笑起来像一朵雪白的莲花，可尚未成年母亲就去世了。母亲去世前，将一副珍珠寄命项链系在小姑娘的脖子上，叮嘱她项链不可离身。后来，女孩有了一个继母，还带来一位比姑娘小一点的妹妹。到了成婚那一天，继母也将自己的女儿带上一起去送亲。三人来到神湖边，继母趁姑娘洗脸的时候，夺过项链，把姑娘推入湖中。继母的女儿带上了项链，到山前与小伙子成了亲。神湖边上一对老夫妻发现湖水里长出一棵珍珠树，便抬进家中。天黑后，小树变成了一位美丽的姑娘，姑娘对老夫妇说："继母抢走了我的项链，妹妹替我去成了亲，她睡觉将项链挂在柱子上，我才活了过来，只要她带上项链我又会死去。"老夫妇决定救她。第二天，老头拿一朵雪莲花来到山前，青年被雪莲迷住了，买了下来。第三天，老头又拿来一朵雪莲，青年还要买，老头不要钱只要项链，青年趁妻子尚未起床将项链交给了老头。姑娘带上项链，无比美丽，青年看在眼里惊呆了，才知道这才是他真正的新娘。事情真相大白了，继母领走了自己的女儿。山前的新郎与山后的新娘过着幸福美满的生活。

顿月顿珠　喇嘛玛尼传统曲目。

故事叙，国王巴拉德瓦娶王后贡桑玛，生下一子，名叫顿珠。顿珠自小聪明伶俐，五岁便能念六字真言。不幸母亲贡桑玛暴病身亡。

过了一年，国王又娶民女波姆婕为妃，生了一子，取名顿月。

顿月和顿珠二人自小相处甚好，朝夕不离，国王十分欢喜。但王妃波姆婕听宫内外议论顿珠人品高超，肯定会继承王位。于是，波姆婕便起了歹心，谋划害死顿珠。

国王无可奈何，只得决定将顿珠送到边远地方。顿月听知，无论如何要一起去，于是二人一同往北方荒僻的地方走去。二位王子跋涉沙滩，穿过密林，干粮也吃完了。顿珠找来野果，先让弟弟吃；找来水，也让顿月喝。但境遇越来越艰苦，顿月终于敖不下去，饥渴交加，不幸昏死过去了。

顿珠哭了一阵，把弟弟埋在檀香树下，自己又继续往北走去，幸亏碰到一位活佛，顿珠被活佛收为弟子。顿珠在和附近小孩玩耍中，谎说自己属龙。谁知，这就闯下了大祸，这里的国王正要找属龙的小孩去祭龙神，顿珠被抓到王宫。公主见了十分喜欢，求父王让他们在一块玩七天。顿珠来到龙宫，龙王见他胆大俊秀，热情招待，最后送他回到活佛那里。

后来，顿珠随师到了王宫，被公主认出，悲喜交集，国王将公主许配给顿珠，并把王位传给他。

顿珠时刻想念弟弟顿月，遂带兵到深山寻访，遇见顿月，兄弟二人紧紧拥抱，失声痛哭。二人回宫以后，因想念父母，便带兵回国探望。国王巴拉德瓦年事已高，又遇二子，十分欢喜，将王位传给顿月，顿珠仍到北方的国家继任国王。

晃脑袋的蠢人和梵天小姐　仲谐传统曲目。汉文版，二百五十行，六千三百字。贡桑参坚、达瓦扎西搜集。1984年西藏自治区政协江久白登说唱。

故事叙，雅堆普曲河边叫雍布拉岗宫殿的旁边，有一座小镇，住着扎西康萨、平措康萨两个大户人家。扎西康萨家生有一个男孩，平措康萨家生有一个女孩，两个孩子在出生前就被指腹为婚。不想男孩长大后又蠢又笨，人们都叫他“晃脑袋的蠢人”；女孩长大后则是又美丽又聪明，人们都叫她“梵天小姐”。平措康萨家见此想毁婚，并决定招一个小户人家的儿子微西为女婿。藏历十月三日那天，梵天小姐和她的父母要到微西家敬求亲酒。扎西康萨家听说此事后非常着急，“晃脑袋的蠢人”面对着急的母亲说：“阿妈，给我几块金币，我要去学说话。”他在去微西家的路上，用五块金币向路人学了四段歌词和一段话，随后来到微西摆满酒席的家。在问答中，“晃脑袋的蠢人”先后用四段歌词和一段话震惊四座。最终“晃脑袋的蠢人”与梵天小姐举行了婚礼。

铁匠明珠托央　　仲谐传统曲目。出版于1984年，汉文版，一百六十八行，四千三百六十八字。廖东凡、次仁卓嘎、次仁多吉搜集，日喀则城关镇尼玛彭多说唱。

故事叙，铁匠明珠托央来府上为长官打铁，长官怕铁匠偷懒和偷东西，在铁匠帐篷里搭了一个帐篷派自已的女儿去监视。刚开始，老爷告诉女儿铁匠的灵魂和骨头都是黑的，铁匠的影子印在谁身上谁都要倒霉一辈子，小姐像害怕瘟疫一样地躲开铁匠。过了一些日子，小姐觉得父亲讲得不对，经过与铁匠接触，她偷偷的爱上了铁匠，不管铁匠怎么阻挡，小姐都天天守在铁匠炉边，没事来三趟，有事来九趟，给铁匠拉风箱，倒茶水。但是，事情还是被老爷知道了，他叫回了女儿，轰走了铁匠，严令他们不可再见面。

离别的日子一天比一天长，他们的思念一天比一天深，忽然有一天小姐打听到铁匠在尼玛拉珍家。她偷偷的逃出了长官府找到了铁匠，在铁匠棚里举行了简单的婚礼。两个人的日子过得热热闹闹，只盼他们的小宝贝出世。一天，小姐从外面回来，看见铁匠棚倒了，铁匠炉砸坏了，铁匠托央不见了。尼玛拉珍告诉她，府上老爷派人把铁匠抓走了。小姐赶回家，阿爸、阿妈和森本都不理他。在四处寻找丈夫的时候，他们的小宝出世了。

最后她知道铁匠被老爷打死，尸体丢进了拉萨河，小姐抱着孩子哭呀，爬呀！来到拉萨河边，同孩子一起跃进了波涛滚滚的拉萨河。

彩虹泉的传说　　仲谐曲目。1985年拉萨城关区拉鲁乡一村索朗多吉说唱。此曲目内容与喇嘛玛尼的《顿月顿珠》有些情节相似。

彩虹泉位于拉萨拉鲁乡的北面，如今湖水夏天不涝，冬天不涸，一碧湖水清澈见低。夏日雨后，常能见到一道彩虹从湖中升起，一端在湖中，一段落在山脚下，美丽壮观。但是在很早以前情况并非如此，人们每年都要将属猴的小孩作为祭品扔到湖中，向龙王进贡。一年人们没按惯例纳贡，大旱降临人间，人们纷纷准备逃难。邻国两位王子逃难来到这里，小王子叫顿月，哥哥叫顿珠。他们得知此情，属猴的顿珠就决定牺牲自已解救百姓的苦难。顿珠来到龙宫，龙女被他高尚的情操所感动，请求父王放顿珠重返人间。龙王不但放走了顿珠，还决定以后不再用活人当祭品。人们感谢龙王、龙女的恩德，年年都带上丰美的食物到

彩虹泉去祭祀，人们也过起了风调雨顺的日子。

唐东杰布的传说　仲谐曲目。

故事叙，西藏河流湍急，没有桥梁，只靠牛皮船摆渡，有的地方甚至连牛皮船也没有，人们赶着牲畜过河，常常被水冲走。唐东杰布见了便决心在河上架桥。他得到琼洁地方七兄妹的帮助，募集了修桥的费用和饮料，在他们的帮助下，在沿河上下修了十三座铁索桥。从此，行人称便，生命财产再也不受河水的威胁。

朗孜·罗珠罗桑　仲谐传统曲目。汉文版，二百零八行，五千八百二十四字，拉萨市广播电视局次仁卓玛搜集，堆龙德庆县古荣区朗孜镇央金·珠穷次白说唱。

故事叙，罗珠罗桑为父亲办完丧事后，前往拉萨给释迦佛像涂金粉，给班登拉姆女神镶松石和向三大寺庙僧放布施。途中，在堆龙德庆宗的浪卡欧兴，遇到在田地里拔草的加孟阿亚家的姑娘次仁加姆，喜订终身。在罗珠罗桑和次仁加姆举行婚礼后，夫妻俩恩恩爱爱。可是不久，离朗孜不远地方头人的女儿阿宗想把美男子抢去作丈夫。罗珠罗桑不愿意，阿宗便施展妖法，使罗珠罗桑得了健忘症，把女妖当作妻子。过了三年时间，罗珠罗桑终于想起往事，他向阿宗提出要回去看望母亲和美丽的妻子次仁加姆。阿宗要他发誓，回家不许与妻子住在一起，不许与妻子说话。后来阿宗得知罗珠罗桑再也不回来了，她便来到朗孜庄园，施展魔法放了一场大火，使罗珠罗桑一家三口被烈火吞噬。

朗萨雯蚌　喇嘛玛尼传统曲目。

故事叙，在西藏江孜地方，有一对老夫妻，一直无儿无女，等到老太婆头发都白了，却生了一个女儿，取名朗萨雯蚌。

姑娘十分美丽，长得特别快，也格外聪明伶俐，还有一副百灵鸟般的歌喉。姑娘的性情也十分温顺，还是劳动的能手，炒青稞、织氆氇、种庄稼，样样能干。因此，姑娘的名字早就传遍全西藏，但各地闻名前来求婚者，都被婉言拒绝。

这一年，朗萨姑娘十五岁了，她到江孜参加庙会，被当地山官头人扎青巴看中，想把朗萨姑娘娶为儿媳。本来，朗萨姑娘坚决不同意，父母也舍不得姑娘离开，但是山官扎青巴势大权大，无可奈何，只好答应。

朗萨到了扎青巴家，转眼就是七年，还生了一个儿子，名叫拉乌达布。由于姑娘尊老敬贤，爱护奴仆，所以受到山官家上下的敬爱，山官也准备把库房的钥匙交给她管。

小姑尼姆念措十分嫉妒。过去一家大权都掌在她的手里，眼看朗萨受宠，大权就要落在嫂子手里，尼姆念措使尽了造谣诽谤、挑拨离间和中伤之能事，使朗萨十分委屈。

到了秋收时节，一家人都下地收青稞去了。一天，来了两位化缘的行僧，朗萨把几捆青稞布施给行僧，小姑尼姆念措便乘机寻隙，把她痛打一顿，并到她哥哥扎巴桑珠那里诬告朗萨看中行僧，行为不端，不听劝说，反而打她。扎巴桑珠听了妹妹一面之词，不分青红皂白，便来打骂朗萨。朗萨雯蚌被丈夫拳打脚踢，打断了三根肋骨，生命垂危，被男女仆人抬

回家去。

这时，有一位高僧释迦络村知道朗萨的处境，便变成一美貌青年，牵了一只猴子，到朗萨住处的楼下，念经作戏，劝化人们修行善果。朗萨母子二人听了以后，心中十分感动，想布施些钱物，无奈家中物品无权动用，只好把那个青年叫到楼上，送他一些首饰。谁知此事被山官扎青巴偶然看到，由此便证实女儿前次所告之事，进门上楼，不容分说地对朗萨再一次殴打，竟把朗萨雯蚌打死了。

扎青巴父子命人将朗萨抬到东山天葬场上，停尸七天，然后准备焚化安葬。

谁知朗萨阳数未终，阎王又叫她还阳。朗萨还阳以后，本想就此出家当尼姑去，无奈她的爱子苦苦哀求，扎青巴父子也前来相劝，她又回到山官家中，但要求山官家信佛修好，扎青巴父子也答应了。

可是，不久山官父子不听朗萨劝告，甚至阻挠朗萨信佛，于是朗萨只好回到娘家居住去了。不久，朗萨又投奔高僧释迦络村，在那里修习佛法。

扎青巴父子闻知，带上一帮人，前来抄打释迦络村和朗萨雯蚌。

那高僧和朗萨施展法力，飞升空中，显示本相，才慑服了山官父子。

后来山官扎青巴父子在朗萨正言相劝之下，相信了佛，把家务交给拉乌达布，出家修行。拉乌达布掌执家政，修善弃恶，年年丰收，人人幸福。

诺桑王子　喇嘛玛尼传统曲目。

故事叙，很久以前，有日登巴和额登巴南北两个国家。额登巴国的国王和王子诺桑俩十分仁慈，国中太平，人民幸福。日登巴国王残暴野蛮，为了使国家致富，派巫师到北国去抓龙神。

龙神在猎人的帮助下得以生还，便送猎人一件如意宝，靠它能获得许多财富。但猎人不需要财富，要一位美丽的仙女做自己的伴侣。于是，他向龙神借了一条捆仙索，捆得一位叫银超拉姆的仙女，要娶她为妻。正在这时，山间的隐士前来劝说猎人，凡人不宜娶仙女为妻，不然会带来灾难，还是把仙女送给尊者下凡的诺桑王子为好，猎人应允。

王子得了仙女，十分高兴，夫妻过得十分美满。

这时宫中五百妃子十分嫉妒，想法害死银超拉姆。第一步让国王把王子诺桑派去打仗，第二步便说国王有病，得取仙女的心肝做药引除病，欲杀银超拉姆。

银超拉姆在母后的帮助下，飞回天庭。诺桑得胜回到宫里，不见妃子银超拉姆，十分悲伤，决心走遍天涯海角去寻仙女回来。

诺桑在隐士的指引下，经过千辛万苦，来到天庭，见到了爱人。但银超拉姆的父王不让女儿再嫁凡人，于是设下许多刁难之法，让诺桑与国王的大臣比试。结果，诺桑次次得胜，银超拉姆与王子如愿以偿，天庭国王只好送了许多礼物，让诺桑与银超拉姆回到人间。

不久，老国王诺青把王位让给诺桑王子，银超拉姆也当上了王后，从此这里人民更加

幸福，生活更加美满。

措珠丹琼　仲谐传统曲目。出版于1984年，汉文版，一百六十九行。廖东凡、次仁卓嘎、次仁多吉搜集，1979年，日喀则城关镇玉珍说唱。

故事叙，措珠丹琼是一个美丽得像透明水晶似的姑娘，每天编织着雪白的氆氇。一个魔鬼见到了她，三次用魔法恐吓姑娘的母亲，并强行将她娶走。姑娘在魔鬼家中呆到二十九天的时候，她打开一间间紧锁的门，见到的是堆堆尸骨，打开最后一间时见到几个奄奄一息的各种年龄的妇女。其中有一位说："我们都是魔鬼的妻子，和他同居一个月，就送到这间铁屋子关起来，每天从我们身上抽一碗血，来滋补他的身子。"并劝告她一定要披上老太婆的人皮逃走。姑娘听从劝告，披上老太婆的人皮逃走了。她跑了三天三夜来到一座王城，求到了做杂役的活。这天，正是王子去邻国求婚的日子，谁知刚走了半路，王子的马腿摔伤了，王子回来到马厩牵马，忽然发现提水的老太婆脱下外皮变成一位美丽绝顶的姑娘，到邻国求亲的事也忘记了。第二天求婚的队伍又出发了，而王子途中又回到马厩。王子向国王讲了他的发现，国王批准了婚姻。二人相亲相爱，但是边疆出了战事，王子统兵出发征战。三月后措珠丹琼生下了一男一女双胞胎。告知王子王妃生子的信使遇到了魔鬼，魔鬼把信的内容改为生下了一对妖孽。心存疑虑的王子马上写了回信要信使带回。信使又遇到了魔鬼，魔鬼又将信改为王子说妃子是魔窟来的妖女。国王命武士将母子三人赶出王宫。母子三人在荒原上遇到等在那里的魔鬼，母子三人仓皇逃命，魔鬼吃了公主，又摔死了公子，正在万分危急的时刻，王子得胜归来，一场激烈的战斗，魔鬼被王子杀死，王子与王妃一起回到王宫，过着幸福安宁的生活。

该曲目与《尸语故事》中的《索卡德勒玛》内容十分近似。

喇嘛唐白和白宗姑娘　仲谐传统曲目。原名叫《娘热·唐白群则和札那·扎姆白宗》，汉文版，二百八十行，七千二百八十字。廖东凡、次仁卓嘎、次仁多吉搜集。贡嘎县朗吉雪公社岗卓说唱。

故事叙，白宗姑娘改变了喇嘛唐白群则从小当喇嘛一心当活佛的念头，在白宗和唐白成亲后，日子过得又和睦又幸福。色拉寺的铁棒喇嘛知道了，偷偷地叫了几个狗腿子去骗请唐白回寺庙考格西。唐白看出他们没有安好心，死活都不肯和铁棒喇嘛的狗腿子去。在铁棒喇嘛的命令下狗腿子像老鹰抓小鸡一样，把唐白抓出去就杀死在拉萨河边，尸体用牦牛驮着，翻过果拉山，把唐白的尸体藏在彭波的一个小小佛塔里。白宗姑娘找不到自己的丈夫，心像钢刀挖。白宗在娘热山沟找、到色拉寺找，跑遍了拉萨市全城都没有找到。于是，白宗姑娘沿着拉萨河两岸呼喊，在荒山野岭中到处寻找，她找了一天又一天一年又一年，美丽的脸庞憔悴了，明亮的眼睛呆滞了，苗条的身子佝偻了，可是她还是天天找，年年找，最后自己也失踪了。

猞　猁　仲谐传统曲目。

故事叙，一个活佛领着徒弟出去念经，回来的路上碰着一只猞猁。活佛非常想得到猞猁皮，但自己不能当着徒弟的面去杀生，又不好直接叫徒弟去打，便拐弯抹角对徒弟说："诺，瞧啊！这就是叫做猞猁的最值钱的东西。咳！咳！我既没有叫你拿右边的马蹬去打它，也没有不让你拿左边的马蹬去打它！"

该曲目篇幅虽然短小，讽刺得却十分深刻！

象雄珍珠国　　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》之一宗。

故事叙，超国抢劫了象雄国王伦珠扎巴经商的货物财宝，象雄王便派人掠走超国的牛羊财物，因而发生战争。超国国王被伦珠王捉去，泄露了岭国军情，使战斗变得格外艰苦。最后，格萨尔率兵攻入珍珠城，用神箭射死象雄王，将珍珠宝物散发给穷苦百姓。

登马青稞国　　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》小宗之一。

故事叙，格萨尔大将丹玛叉香原是登玛青稞国人，被国王萨霍尔驱逐到岭国。丹玛为了继承自己本国的祖业，便请岭国进攻登马青稞国。其时国王萨霍尔已死，太子萨仁敖尔布率兵抵抗，被岭国大将杰琼射死。岭国打开登马国的青稞库，分予臣下和百姓。

斯布贡嘎日瓦和罗姆东斯嘎姆　　仲谐传统曲目。汉文版，一百一十二行，三千一百九十六字。塔热·次仁玉珍搜集，安多县可马乡牧民阿加说唱。

故事叙，在藏北有一个很穷但又很美的姑娘，她穷得连名字都没有，人们随便叫她阿衣嘎拉娜叮。当时有一个很富的人家，富的牛羊像无法数的星星，他有两个儿子，虽是一母所生，但其性格完全不同。大的高傲自满，目中无人，看不起穷苦的人们；而小的憨厚老实，待人和气只是身体长的较弱。兄弟两个的父亲不准儿子与任何人接触讲话，特别是阿衣嘎拉娜叮。

一天，弟兄俩正在山上放牧，突然下起强烈冰雹，打得他们全身湿透，冷的直打哆嗦。小儿子无奈，违背父命，跑到阿衣嘎拉娜叮住的坑里烤火，父亲一气之下，将他赶出了家门。在广阔的草原上，几百里内都无人家，再说他父亲恩赐的老弱病残的牲畜也无法走远路，于是他决定去找阿衣嘎拉娜叮，到那无顶的天然土坑里去。阿衣嘎拉娜叮用白开水热情的欢迎了他。几天后，他们俩来到大山的另一面，相互取了名字，丈夫叫斯布贡嘎日瓦，妻子叫罗姆东斯嘎姆。两人顶着蓝天，披着星星，以草滩当"新房"举行了婚礼，时隔不久他俩过上了国王和王后一样的生活。一天，斯布贡嘎日瓦要去见父母哥哥，罗姆东斯嘎姆劝他不要去。他拒绝妻子忠告，备马出发，妻子含泪送别了丈夫。

歌舞的海洋　　藏语相声曲目。1980年索朗次仁创作。

叙一位能歌善舞的长者同一个爱唱港澳流行歌曲的青年，各自唱所爱好歌曲而发生冲突。

通过歌唱西藏各地颇具特色的民歌，生动地介绍了丰富多彩的各类劳动歌曲、历史民歌、现代民歌、丰收酒歌、爱情对歌、儿歌等等。既反映出人们誉称西藏是歌舞的海洋名不

虚传，又批判了“四人帮”在十年动乱中扼杀民族民间音乐遗产的罪行，还抨击了近几年来社会上少数人热衷于爱情至上歌曲的不良倾向。青年人从长者演唱品种繁多、风格浓郁的西藏各地的民间歌舞，深刻地认识到“我们的祖先，很有聪明才智”。他俩坚信：在我们伟大社会主义祖国的百花园里，藏族民歌这束万紫千红的鲜花，将会迎春盛开；在建设团结、富裕、文明新西藏的进程中，优美动听的歌声，响彻万里高原。

此曲目由拉萨市歌舞团曲艺队土登和米玛先后在西藏各地演出，还参加了 1982 年全国曲艺优秀节目(南方片)观摩演出，并荣获了创作一等奖。

蒙古马国　　岭仲传统曲目。分上、下篇。

上篇叙，上蒙古马国的王子自以为武艺高超、国势强盛，便与臣属商议攻打岭国与格萨尔比试高低。其父王虽然屡次劝阻，皆不听众，仍然带兵入侵岭国。格萨尔王闻知，便率岭国兵将并征调魔国、霍尔、姜国、门域等处兵马与上蒙古马国作战。结果上蒙古马国王子战死，其父王投降。格萨尔带回几万匹马分给本国百姓。

下篇叙，格萨尔征服上蒙古马国以后，趁势攻打下蒙古铠王国。攻下英雄所喜欢的铠甲城，将盔甲分给英雄们；攻下姑娘所喜欢的碧玉城，把碧玉赠送给姑娘们。

另有异文讲：下蒙古国王赤赞进攻岭国。格萨尔领兵抗击，在战斗中，赤赞王变鹰，变蚂蚁等与格萨尔较量。格萨尔也变化追赶。最后，大将玉拉托居尔射伤赤赞并把他砍成六段而死。

赛马称王　　岭仲传统书目。《格萨尔王传》之一宗。

故事叙，天神之子随母亲生活处于困境时，阴谋陷害他母子的晁同大叔，想乘机通过赛马夺取统帅权位。正当晁同自以为稳操胜券而在赛马聚议会上得意洋洋之时，那克星小伶仃却不请自来，从而激起汹涌的浪潮。作为赛马的另一重要赛注就是富豪嘉洛的闺女珠牡，早已看中晁同大叔的儿子董赞阿贝，唯恐赛马有万一的闪失而迫不及待地要在聚议会上自择夫君，可是一连三次势出信物偏偏都落在小伶仃的头上。众人大哗，她自己出尔反尔，小伶仃并不领情而且嬉笑怒骂把个赛马聚议搅得个地覆天翻，然后一拍屁股回去陪伴慈母去了。这时，小伶仃的异母兄甲察提出“参赛权力人人均等，若无格萨尔参赛便要刀兵相见”的威胁，并且在会后与老谋深算的老总管一道，弄险卖乖地威迫珠牡亲自去把格萨尔迎来赛马。珠牡极不情愿地孤身亲迎小伶仃的途中，先遇黑盗劫路，再遇白面郎君勾魂，刚刚见到小伶仃时，又被误认是人熊被小伶仃的甩石打成了个头秃齿落的丑老妪模样。当她得知小伶仃有神通可恢复她的青春美貌时，也不得不暂时屈卑应付。她恢复了青春后仍然嫌小伶仃，结果倾盆大雨浇来使她不得不进入又脏又小的帐篷，由于过分饥饿把小伶仃捉弄她的田鼠心、肝、肉，香喷喷地饱餐一顿，吃毕发觉呕吐一地却应了吐蕃订婚的老规矩。在她三心二意地随同小伶仃折返岭部时，方认定了自己理想的夫君就是小伶仃，并且由衷地热恋着他。格萨尔被珠牡亲自迎回岭地后的第一件事，是狠狠敲了狡诈出名的晁同

大叔一竹杠，不仅使大叔赔了大量的财富，而且在气焰和精神上遭到了严重的打击。临赛之际，小伶仃其貌不扬，不仅遭到各邦贵宾的讥讽，在平素亲如手足的姊妹中引起了激烈矛盾；珠牡胸有成竹相信小伶仃此番必定夺魁，鄂洛女儿做梦也猜到格萨尔将成功，别的姊妹将信将疑，只是晁同的子女却忍受不了，居然恶语相加破口大骂。而赛场上的情况却使珠牡等人着急万分，原来小伶仃不想争第一也不甘落个倒数第一，而同最卑微的小罗锅并驾齐驱，还说“万一争得魁首，二人平分秋色”。就这样小罗锅依然不屑一顾而要自己冲先，结果是自我倒霉，被小伶仃的红宝驹一个蹶尥下山沟里去而失掉了比赛的机会。接着小伶仃才一个一个地追上跑在前面的诸豪杰，可他还是偏偏要弄虚装病试卜考医，耽误了许多时间却又在狭路上碰见冤家晁同大叔。大叔换了手法以讲说世系历史的由来而拖住小伶仃，多亏红宝驹为主人公解了围。在下去追上异母兄甲察时，小哥俩你推我让，小伶仃在马上竖蜻蜓，翻跟头一派天真赤子情，甲察急得说不出道理，举剑怒斥小伶仃是不成钢的顽铁，这才迫使小伶仃认真起来。可是那边董赞阿贝已经遥遥领先，任凭天神之子施展法术，也挡不住阿贝离宝座越来越近，自己就是赶不上去。这时天神之子也要起无赖，让瘟神对着马鼻喷毒气，使董赞的骏马憋气跌倒，可是董赞仍然徒步奋力争先。小伶仃只好幻化多身，以假当真地要把骏马剥皮剔肉敲骨吸髓！董赞毕竟是大将忒爱自己的战马。这样才折回来请求格萨尔不要害马而且把马治好，他保证以后听从小伶仃的调遣。这样小伶仃才登上宝座成为统帅。

这些跌宕奇出的情节既离奇又合情入理，把主题和矛盾的深入开展十分诱人地前推进，使全卷迸发出夺目的光彩。

醉　酒　　藏语相声曲目。1959 年由洛桑多吉据侯宝林演出本改编演出。

作品借鉴内地北方相声艺术的特点和表演形式，充分发挥了藏族语言丰富的特色。在其故事内容的基础上，表演时还加进了一些对本地酗酒人特点的摹拟，在拉萨演出后受到了藏族观众的广泛欢迎和肯定。从此在西藏高原上藏语相声作为一种曲种得到发展和普及。土登和米玛表演的《醉酒》在 1960 年和 1964 年 5 月所举行的首届和第二届群众业余文艺调演中荣获了创作和表演一等奖，洛桑多吉受到了我国相声大师侯宝林的称赞。

霍尔与岭国之战　　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》之一宗。又称《霍岭大战》，该曲目分上下两篇，上篇为“征服霍尔”，下篇为“征服拂汝”。

故事叙，霍尔国有黄帐王、白帐王、黑帐王等。其中黄帐王最有势力，二十一岁时他想娶妻，便派白鸽子、花喜鹊、红嘴鸦和黑老鸹去为他寻找美女。白鸽、喜鹊等不愿助其暴虐而飞往各方，只有黑老鸹四处去找。当黄帐王得知格萨尔的妻子珠牡最美丽时，心中大喜，遂生歹意。他趁格萨尔去魔国降魔未归之机，便入侵岭国抢夺珠牡。岭国的众英雄和百姓奋起抵抗霍尔国入侵。在浴血奋战中，岭国屡屡获胜，霍尔国损兵折将战败。正当黄帐王准备班师回国之时，格萨尔的叔叔晁同背叛了岭国，他泄露军机，致使岭国遭挫，英雄协呷

尔芽被杀。珠牡运用缓兵之计，并设法派白仙鹤等给格萨尔捎信，请他回来救援，不料却又遭梅萨的从中作梗而未归，珠牡及岭国的百姓、财物被霍尔国掠去。

珠牡被劫至霍尔国后，晁同乘机篡权当了岭国国王，他将格萨尔的父亲僧伦遣去放牧。格萨尔得知岭国实况，立即赶回岭国，在牧场见到父亲，获知晁同的行踪后，将晁同擒捉，然后只身前往霍尔国。他先扮成一个乞讨的青年，投靠到霍尔国一个叫呷尔哇吾纳的亲王家中，帮吾纳打铁，结识了吾纳的女儿却尊益西，两人产生了爱情。在却尊益西的多方帮助下，获得黄帐王的虚实，并与珠牡取得联系。格萨尔又变成耍猴人和魔术师前往卖艺，将霍尔国的将军和百姓引开，然后翻墙入宫杀死黄帐王，救出珠牡。

"征服拂汝"是叙神通广大的格萨尔征服怙恶不悛的拂汝部魔头的篇章。格萨尔只身独骑闯入拂汝之境内，巧遇魔家拂汝主之妹佗女，一位正义骁勇的巾帼英雄，她与格萨尔缔结了良缘。在佗女的帮助下，亲自去闯过一道道险关。经过了种种艰难之后，终于见到了被掳的火妃。她先是不相信，继而又担心格萨尔斗不过魔头，便要他先回避，待她摸清能治魔头死命的底细后再动手。秘密被火妃摸清，格萨尔便依计一一施行，闯过一道道险关，终于在智慧的火妃帮助下，擒服了怙恶不悛的拂汝部魔头。佗女成为拂汝部的权威女主，使拂汝部成为格萨尔的可靠臂膀。

按常规故事到此擒服魔头应结束，然而作者却又续上了一段结尾。即格萨尔极力提携佗女成为拂汝女主；火妃不愿返回岭中，因而造成了晁同大叔乘机勾引回鹘入侵，掳走了珠牡之一段。

嚓瓦箭宗　　岭仲传统曲目。《格萨尔王传》之一宗。《嚓瓦箭宗》描写的是格萨尔未成年时的故事。虽是史诗中的一个小宗，却在史诗中占有重要位置。词文三千五百行，散文近两万字。

故事叙，格萨尔要降服高原藏地的众妖魔，弘扬佛法，统一青康藏高原，造福于雪域众生，箭成了他最重要的武器之一。

嚓瓦绒在西藏高原的东南方。那里天气暑热，而雨量充沛，树木茂盛，五谷丰登，盛产箭竹、藤条，是造箭的主要原料。征服了箭宗，就等于有了一座取之不尽的武器弹药库。但该地被龙魔囊拉赞普弟兄俩霸占着。岭国为了降伏龙魔，拯救百姓，取得箭支，创基立业，派大部队前往嚓瓦绒，但囊拉赞普与其弟鲁萨绷玛系恶龙转世，神通广大，力大无穷。经过多次战斗，丹玛神箭射杀鲁萨，贾察宝剑劈了囊拉。但囊拉王阴魂不散，拼命报复。神子觉如用吾朵超度了他。皇后杨敏措率众归顺，晁同开启了箭支伏藏仓库，取得了各色珍宝箭支，岭国英雄如虎添翼，为降伏四大妖魔，征服十八大宗奠定了基础。

魔鬼达力布司　　仲谐传统曲目。汉文版，一百二十五行，三千五百字。贡桑参坚、达瓦扎西搜集，尼木县塔荣乡三村西罗说唱。

故事叙，在绿松石般的牧区住着可爱的兄妹二人，妹妹每天在哥哥的木碗里盛满酸奶

子，哥哥每天回家后酸奶子都被人偷喝光，只留下酸奶子的痕迹。一天，妹妹与平常一样在哥哥的木碗里盛满酸奶子后，赶着羊羔出门。哥哥把牛羊赶到山上，便急忙带着弓箭躲在离家不远的地方暗暗观察，发现长得和马粪一样大，胡子拖在地上，名叫达力布司的魔鬼溜进帐篷把酸奶子喝个净光，哥哥朝魔鬼射出一箭，反被弹回来刺中了哥哥的胸膛，魔鬼将他拖进帐篷，砍断他的脑袋扬长而去。

妹妹回来发现哥哥已死去，整整痛哭一夜后，把所有财产布施给四方邻居，埋下哥哥尸体含泪流落他乡。姑娘来到一个山谷，见满山遍野牛羊成群，本想求大牧主收她做佣人，却误入了魔鬼达力布司的帐篷。晚上她躲在帐篷里一字不漏听完了魔鬼杀害他哥哥和残害百姓与怎样才能救活她哥哥，怎样才能杀死魔鬼的话后，便杀死了魔鬼。妹妹用银瓶的水救活了哥哥，随后翻过四座山丘，来到镜子一样透明的小溪边。正如达力布司所说的那样，溪边卧着两个白石头兄妹，他们把玻璃瓶的水洒到石头上，转眼间石头变成了一个美丽的少女和一个英俊的少年。从此，两对少男少女分享着达力布司的财富，他们把金瓶里的水洒向天空，无边无际的草原上，阳光灿烂，风调雨顺，牧民们过着幸福的生活。

《格萨尔王传》说唱宗目

扎 巴 三 十 四 宗

1. 天岭卜筮
2. 诞生史(上、下)

   其中包括以下七个小宗：

   丹玛青稞宗

   打击土地神

   野兽敌宗

   东司门马宗

   西宁马宗

   木雅金子宗

   西宁弹药宗
3. 赛马称王
4. 降魔
5. 霍岭大战(上、下)
6. 霍其巴山羊宗

7.姜岭之战

8.门岭之战

9.达岭之战

10.上索波马宗

11.下索波机器宗

12.阿扎玛瑙宗

13.奇乳珊瑚宗

14.卡契松石宗

15.祝古兵器宗

16.象雄珍珠宗

17.雪山水晶宗

18.百热山羊宗

19.措米努绸缎宗

20.牡古骡宗

21.百波绵羊宗

22.松巴犏牛宗

23.加岭

包括一个小宗

木雅药宗

24.阿赛铠甲宗

25.乌斯茶宗

26.察瓦绒箭宗

27.材玛珠砂宗

28.亭格铁宗

29.北方盐宗

30.蒙古狗宗

31.罗刹肉宗

32.巴嘎拉国王

其中包括以下四个小宗

东魔长角鹿

南魔九头罗刹

西魔独脚飞

北魔独脚饿鬼

33. 印度佛法宗

34. 地狱篇

玉 梅 二 十 六 宗

1. 天岭卜筮
2. 诞生篇
3. 噶岭之战
4. 嘉岭之战
5. 绒岭之战
6. 丹玛乃宗
7. 嘎提大鹏宗

（以下是十八大宗）

8. 降伏魔王鲁赞
9. 降伏霍尔白帐王
10. 降伏姜国萨当王
11. 降伏门国辛赤王
12. 大食财宗
13. 歇日珊瑚宗
14. 卡契松石宗
15. 亭格铁宗
16. 松巴犏牛宗
17. 象雄珍珠宗
18. 阿扎玛瑙宗
19. 塔岭之战
20. 其岭之战
21. 梅岭金子宝藏之部
22. 牡古骡宗
23. 百拉绵羊宗
24. 措米努绸缎宗
25. 祝古兵器宗
26. 地狱篇

曲扎四十一宗

1. 天岭卜筮
2. 诞生篇
3. 赛马篇
4. 降伏魔鲁赞王
5. 降伏霍尔白帐王(上、下)
6. 降伏姜国萨当王
7. 降伏门国辛赤王
8. 西方大食财宝宗
9. 歇日珊瑚宗
10. 蒙古马宗
11. 阿扎玛瑙宗
12. 象雄珍珠宗
13. 西方卡契松石宗
14. 百拉绵羊宗
15. 雪山水晶宗
16. 亭格珍珠宗
17. 塔岭铁宗
18. 其岭之乱
19. 祝古兵器宗
20. 牡古骡宗
21. 夏斯人马宗
22. 北方江莫让母牦牛宗
23. 加岭
24. 嘉昂巴铠甲宗
25. 斯哇松石宗
26. 亭赤盔甲宗
27. 松巴犏牛宗
28. 卡容金子宗
29. 塔域马衰之宗
30. 百嘉铠甲宗

31. 阿吉绵羊宗

32. 察瓦箭宗

33. 米努绸缎宗

34. 北方明镜夏哇龙玛瑙宗

35. 嘉岭

36. 噶岭战乱

37. 让岭战乱

38. 阿里金子宗

39. 百波绵羊宗

40. 霍其巴山羊宗

41. 米娘列赤马宗

桑珠十八大宗、十八中宗、觉如生前十八宗

十 八 大 宗

1. 降服北方鲁赞王

2. 降服霍尔白帐王

3. 降服萨丹王

4. 降服辛赤王

5. 降服大食王

6. 降服象雄王

7. 降服阿扎王

8. 降服歇日王

9. 降服卡契王

10. 牡古骡宗

11. 阿里金子宗

12. 雪山水晶宗

13. 印度药宗

14. 祝古兵器宗

15. 蒙古马宗

16. 梅岭朱砂宗

17.其岭铁宗

18.日努绸缎宗

十 八 中 宗

1.北方百热绵羊宗

2.百波绵羊宗

3.亭朗粮食宗

4.松巴犏牛宗

5.斯色牛宗

6.安定战乱宗

7.米敏药宗

8.底巴肉宗

9.茶朗粮食宗

10.木雅朱砂宗

11.北山绸缎宗

12.岗阿曲马宗

13.南方其色牛宗

14.木宗

15.西宁马宗

16.汉地茶央

17.南方百热马宗

18.嘎提琼宗

觉如(格萨尔幼年的名字)生前十八宗

1.察哇绒箭宗

2.丹玛青稞宗

3.阿吉绵羊宗

4.鲁珠梅地征兆宗

5.北方梅雄母牦牛宗

6.鲁赤马宗

7.果洛金子宗

8. 古古石头宗

9. 匝日药宗

10. 阿色生铁宗

11. 达绒铜宗

12. 嘉扎虎皮箭袋宗

13. 卡达拉肉宗

14. 印度曲梅列赤珍珠宗

15. 底嘎法宗

16. 鲁格日湖文字宗

17. 达朗马宗

18. 五爪猛兽宗

才让旺堆一百四十八宗

1. 天岭卜筮

2. 英雄诞生

3. 赛马称王

4. 玛燮札石窟

5. 降魔

6. 霍岭之战

7. 姜岭之战

8. 辛丹内讧

9. 门岭之战

10. 分大食财宗

11. 达玛财宝宗

12. 阿里金宗

13. 上蒙古马宗

14. 外蒙古马宗

15. 歇日珊瑚宗

16. 汉地茶宗

17. 汉地法宗

18. 汉地犏牛宗

19.察瓦箭宗
20.丹玛取箭宗
21.尕德取生铁宗
22.嘉察取水晶宗
23.总管王取白螺宗
24.总管王取水晶宗
25.郭岭之战
26.阿察热铠甲宗
27.百波绵羊宗
28.取大鹏羽毛宗
29.梅岭之战
30.浪日
31.吉古狗宗
32.阿塞山羊宗
33.托日宝藏宗
34.俄斯宝藏宗
35.俄罗宝藏宗
36.祝古兵器宗
37.祝古珍珠宗
38.阿扎玛瑙宗
39.楠台宝藏宗
40.象雄珍珠宗
41.牡古骡宗
42.绒巴米宗
43.米努绸缎宗
44.托岭之战
45.晁同取铜宗
46.贡白玛瑙宗
47.歼灭黑帐王
48.列赤马宗
49.阿达鹿宗
50.罗刹肉宗
51.其岭之战

52. 托日火宗
53. 印度法宗
54. 达玛琥珀宗
55. 索弱火药宗
56. 其岭套索宗
57. 尼奔取金宗
58. 森达取刀宗
59. 罗刹人宗
60. 达赤铠甲宗
61. 玉托宝藏宗
62. 琼赤母牦牛宗
63. 格萨尔法宗
64. 姜国王子霹雳宗
65. 扎日药宗
66. 雪山佛法宗
67. 达潘取铠甲宗
68. 嘉察武器宗
69. 女罗刹焚尸
70. 梅央武器宗
71. 印度阿如药宗
72. 南将玛绒粮食宗
73. 扎拉取铠甲宗
74. 丹玛青稞宗
75. 姜国翡翠宗
76. 汉地宝藏宗
77. 大鹏玛瑙宗
78. 岭曲潘降伏四敌
79. 取森曲斯宝藏宗
80. 木雅兵器宗
81. 木雅马宗
82. 哈赤金宗
83. 西宁银宗
84. 西宁火宗

85.察玛檀香宗

86.雪山水宗

87.岭国地貌千种

88.世界莲花地貌千种

89.黑夏赤茶宗

90.晁同攻取铁宗

91.森达攻取金子宗

92.绒察攻取兵器宗

93.攻克大食宗

94.攻克玉则国王宝库

95.托日火宗

96.曲托王药宗

97.罗日王铠甲宗

98.郭卡铠甲宗

99.桑赤虎宗

100.尼罗珍珠宗

101.美巴尔虎宗

102.达赛麦宗

103.部初酒宗

104.巴玛珊瑚宗

105.其罗骡宗

106.阿赛粮食宗

107.嘉赤箭宗

108.拉达法宗

109.印度珍珠宗

110.尕德智慧宗

111.森达智慧宗

112.贡保大鹏宗

113.阿达肉宗

114.日努

115.洛玛火宗

116.梅辛罗刹绳索宗

117.西南罗刹王三宝宗

118. 北罗刹松石宗
119. 分配世界八宝
120. 百波龙宗
121. 琼赤火宗
122. 达日白螺宗
123. 其如水晶铠甲宗
124. 哈日金宗
125. 百哈拉绵羊宗
126. 大鹏金国
127. 嘉察银宗
128. 总管王茶宗
129. 尼奔金宗
130. 文布檀香宗
131. 尼罗铠甲宗
132. 木雅法宗
133. 印度金瓶宗
134. 玉珠青稞宗
135. 百波米宗
136. 扎日竹宗
137. 赛卡斯山羊宗
138. 索哈拉马宗
139. 达玛水晶宗
140. 尕多金宗
141. 阿达拉毛
142. 保如玛瑙宗
143. 玛康珊瑚宗
144. 德格法宗
145. 嘉察剑宗
146. 五种吉祥祝福
147. 俄洛铠甲宗
148. 安定三界

传统曲(书)目表

曲(书)目名称	曲　种	篇　幅	传承者	流布地区	备　注
北斗七星的传说	仲　谐	短　篇		全藏	
猕猴变人的故事	仲　谐	短　篇		全藏	
山雀和蜢蚱	仲　谐	短　篇	单增才旺	安多县	
神绵羊	仲　谐	短　篇	嘎　多	巴青县	
卓玛麻	仲　谐	短　篇			
红狐狸	仲　谐	短　篇	次仁占堆	申扎县	
王子和乞丐	仲　谐	短　篇		林芝波密	
旭日王的放马儿	仲　谐	短　篇		林芝波密	
凯旋王	仲　谐	短　篇		林芝波密	
东布、王仪	仲　谐	短　篇	阿　加	那曲安多县	
热巴坚	仲　谐	短　篇			
邬德平和	仲　谐	短　篇			
斯玛梅	仲　谐	中　篇	白　玛	那曲地区	
王子失而复得	仲　谐	短　篇	阿　加	那曲安多县	
斯欠·波格	仲　谐	中　篇	昂　堆	那曲镇	
旦木祖	仲　谐	中　篇			
罗古尔达和梅朵古措	仲　谐	短　篇	扎西才旺	那曲聂荣县	
宰相嘎东赞	仲　谐	短　篇	次仁久美	思青县	
圣女玉木措邬莫	仲　谐	短　篇	次仁尼玛	那曲镇	
王子斯赤旺谬	仲　谐	短　篇	本　央	安多县	
拉迭部和托迭部	仲　谐	中　篇	扎西才旺	那曲聂荣县	
阿美康康璐果	仲　谐	短　篇	本　央	那曲安多县	
不偷不谎的马夫	仲　谐	短　篇	本　央	那曲安多县	
小鸭子弟兄仨	仲　谐	短　篇	吉布吉	安多县	

（续表一）

曲(书)目名称	曲　种	篇　幅	传承者	流布地区	备　注
才崩与毗卢遮那	仲　谐	短　篇		全藏	
吐弥·桑布扎	仲　谐	短　篇	单增才旺	全藏	
噶尔·东赞臣	仲　谐	中　篇	嘎　多	全藏	
莲花生的故事	仲　谐	短　篇		全藏	
米拉日巴的故事	仲　谐	短　篇	次仁占堆	全藏	
哲杰加嘎尔巴扎的故事	仲　谐	短　篇		全藏	
医圣宇妥云丹贡布的故事	仲　谐	中　篇		全藏	
阿旦王	仲　谐	短　篇		全藏	
王子和放羊女	仲　谐	短　篇		全藏	
少年俄力崩和姑娘次玛米	仲　谐	短　篇	益西旺姆	拉萨	
美丽的嘎玛韦色姑娘	仲　谐	中　篇	丹　增	拉萨	
姑娘和野人	仲　谐	短　篇	达娃扎西	拉萨	
会吐珍珠的人	仲　谐	短　篇	桑达多吉	拉萨	
老鼠给猫系铃	仲　谐	短　篇	达瓦次仁	拉萨	
贡塘拉姆女神的传说	仲　谐	短　篇	卓　拉	拉孜县、拉萨	
黑面王子	仲　谐	中　篇	益西卓增	拉萨地区	
公主的珍珠鞋	仲　谐	短　篇	旺　青	山南贡嘎县	
钻石姑娘	仲　谐	短　篇	益西卓增	拉萨地区	
敏笛林神鸟	仲　谐	短　篇	平措普赤	日喀则地区	
王子尼达次仁	仲　谐	中　篇	顿珠扎西	山南贡嘎县	
星光美女	仲　谐	短　篇	巴　桑	拉萨地区	
绵羊姑娘和山羊姑娘	仲　谐	中　篇	贡桑坚村	拉萨地区	
白塔山的传说	仲　谐	短　篇	旺青次仁	拉萨地区	
黑百鸟巢的故事	仲　谐	中　篇	益西旺姆	拉萨地区	
阿卓日玛姑娘	仲　谐	短　篇	土　登	拉萨地区	
香香格拉	仲　谐	中　篇	赤　来	拉萨地区	

（续表二）

曲(书)目名称	曲　种	篇　幅	传承者	流布地区	备　注
养儿乌列特	仲　谐	中　篇	益西旺姆	拉萨地区	
报恩	仲　谐	短　篇	贡　杰	拉萨地区	
大胆王子	仲　谐	短　篇	乌　金	拉萨地区	
钢萨阿旦王	仲　谐	短　篇		拉萨地区	
云乘王子	仲　谐	短　篇	匈顿·多吉坚参		由梵剧《龙喜记》译藏文
木岭之战	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	65 小时
降生史	岭　仲（上、下册）	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	25 小时
雪山水晶宫	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	42 小时
天岭占卜九藏	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	10 万字
霍其巴山羊宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	25 小时
门岭之战	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	90 小时
松岭之战	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	1982 年出版
丹玛青稞宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	
打击土地神宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	
野兽敌宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	
东斯门马宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	
西宁马宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	
木雅金子宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	
魔章	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	30 小时
绛岭之战	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	75 小时
索波马宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	57 小时
汉与岭	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	30 小时
象雄珍珠宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	

（续表三）

曲(书)目名称	曲　种	篇　幅	传承者	流布地区	备　注
奇乳珊瑚宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	25盘磁带
大食财宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	12个磁带
霍尔岭大战	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	40个磁带
阿扎玛瑙宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	8个磁带
乌斯茶宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	7个磁带
梅岭之战	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	90小时
奇林武器宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	16个磁带
门岭之战	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	47个小时
塔岭之战	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	95个小时
扭喀树宗	岭　仲	长　篇	扎巴老人	藏北、东、西	26个磁带
欣喀药物宗	岭　仲	长　篇	玉　梅	藏北、东、西	123个磁带
曲拉生铁宗	岭　仲	长　篇	玉　梅	藏北、东、西	36个磁带
郭喀药宗	岭　仲	长　篇	玉　梅	藏北、东、西	23个磁带
降生史	岭　仲	长　篇	玉　梅	藏北、东、西	8个磁带
绒岭	岭　仲	长　篇	次旺居美	藏北、东、西	15个磁带
木如鹏宗	岭　仲	长　篇	次旺居美	藏北、东、西	30个磁带
鹏岭之战	岭　仲	长　篇	次旺居美	藏北、东、西	29个磁带
派岭铁宗	岭　仲	长　篇	次旺居美	藏北、东、西	26个磁带
米努绸缎宗	岭　仲	长　篇	次旺居美	藏北、东、西	51个磁带
岭国形成史	岭　仲	长　篇	次旺居美	藏北、东、西	39个磁带
野兽敌宗	岭　仲	长　篇	次旺居美	藏北、东、西	33个磁带
郭岭	岭　仲	长　篇	次旺居美	藏北、东、西	22个磁带
阿赛铠甲宗	岭　仲	长　篇	次旺居美	藏北、东、西	21个磁带
外霍山羊宗	岭　仲	长　篇	勇　珠	藏北、东、西	16个磁带
罗刹阿赛珍宝宗	岭　仲	长　篇	勇　珠	藏北、东、西	19个磁带
色绒铁宗	岭　仲	长　篇	勇　珠	藏北、东、西	26个磁带

（续表四）

曲(书)目名称	曲种	篇幅	传承者	流布地区	备注
米努绸缎宗	岭仲	长篇	勇珠	藏北、东、西	36个磁带
水晶岩牛奶宗	岭仲	长篇	勇珠	藏北、东、西	7个磁带
百波绵羊宗	岭仲	长篇	勇珠	藏北、东、西	34个磁带
奇岭米砂宗	岭仲	长篇	勇珠	藏北、东、西	38个磁带
丹玛青稞宗	岭仲	长篇	勇珠	藏北、东、西	4个磁带
印度药宗	岭仲	长篇	勇珠	藏北、东、西	18个磁带
甲昂巴盔甲宗	岭仲	长篇	勇珠	藏北、东、西	30个磁带
印度佛法宗	岭仲	长篇	勇珠	藏北、东、西	24个磁带
噶德鹏宗	岭仲	长篇	勇珠	藏北、东、西	14个磁带
焚汉魔女尸	岭仲	长篇	勇珠	藏北、东、西	27个磁带
罗刹肉宗	岭仲	长篇	桑珠	藏北、东、西	49个磁带
奇岭铁宗	岭仲	长篇	桑珠	藏北、东、西	68个磁带
汉岭日月争辉	岭仲	长篇	桑珠	藏北、东、西	46个磁带
吉岭药宗	岭仲	长篇	桑珠	藏北、东、西	45个磁带
百热山羊宗	岭仲	长篇	桑珠	藏北、东、西	60个磁带
色拉玉宗	岭仲	长篇	曲扎	藏北、东、西	54个磁带
毛奶牛宗	岭仲	长篇	曲扎	藏北、东、西	56个磁带
襄岭金字宗	岭仲	长篇	曲扎	藏北、东、西	41个磁带
奇乳珊瑚宗	岭仲	长篇	阿尔达	藏北、东、西	24个磁带
昂巴铠甲宗	岭仲	长篇	阿尔达	藏北、东、西	28个磁带
阿若金子宗	岭仲	长篇	鲁珠	藏北、东、西	27个磁带
汉地茶宗	岭仲	长篇	鲁珠	藏北、东、西	18个磁带
迪嘎	岭仲	长篇	鲁珠	藏北、东、西	1987年出版
卡洛金子宗	岭仲	长篇	鲁珠	藏北、东、西	1988年出版
姜国父子传	岭仲	长篇	旦珍才让	藏北、东、西	1988年出版
霍岭大战(上下)	岭仲	长篇	齐美多吉	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1980年出版

（续表五）

曲(书)目名称	曲 种	篇 幅	传承者	流布地区	备 注
英雄降生	岭 仲	长 篇	更 登	藏东西北、四川、甘肃、青海等	
仙界遣使	岭 仲	长 篇	土登尼玛	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1981年四川出版
天岭之部	岭 仲	长 篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	1981年甘肃出版
仙界占十九藏	岭 仲	长 篇	更 登	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1984年北京出版
赛马登位	岭 仲	长 篇	更 登	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1980年四川出版
赛马称王	岭 仲	长 篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	1981年西藏出版
世界公桑	岭 仲	长 篇	贡却才旦	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1981年甘肃出版
降伏妖魔	岭 仲	长 篇	贡却才旦	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1981年甘肃出版
辛巴和旦马	岭 仲	长 篇	更 登	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1982年四川出版
幸丹内讧	岭 仲	长 篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	1984年甘肃出版
降岭之战	岭 仲	长 篇	齐美多吉	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1981年西藏出版
姜国王子	岭 仲	长 篇	拉巴次仁	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1980年西藏出版
达色施财	岭 仲	长 篇	齐美多吉	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1980年西藏出版
征服大食	岭 仲	长 篇	贡却次旦	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1979年甘肃出版
汉岭	岭 仲	长 篇	阿 图	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1982年云南出版
歇日珊瑚国	岭 仲	长 篇	多吉才郎	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1983年青海出版
征服卡契松石国	岭 仲	长 篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	1979年西藏出版

注：各地出版社均为各地民族出版社

（续表六）

曲(书)目名称	曲　种	篇　幅	传承者	流布地区	备　注
香乡药物城	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	1984年甘肃出版
木岭之战	岭　仲	长　篇	才　多	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1982年西藏出版
征服象雄珍珠国	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	1982年西藏出版
突厥兵器国	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	1984年甘肃出版
取阿里金窟	岭　仲	长　篇	更　登	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1982年四川出版
征服雪山水晶国	岭　仲	长　篇	更　登	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1982年四川出版
甲岭之战	岭　仲	长　篇	更　登	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1983年西藏出版
梅岭之战	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	1982年西藏出版
松岭之战	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	1981年西藏出版
梅岭金国	岭　仲	长　篇	多吉才郎	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1983年青海出版
地狱救妻	岭　仲	长　篇	多吉才郎	藏东西北、四川、甘肃、青海等	1983年青海出版
地狱救母	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	1983年四川出版
魔章	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
木古骡宗	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
岭与地狱	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
卡容金子宗	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
亭岭之战	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本

曲（书）目名称	曲　种	篇　幅	传承者	流布地区	备　注
司钦	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
格萨尔内外密传	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	油印本
地嚆尔（上中下）	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
甲尔岭之战	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
嚆岭之战	岭　仲	长　篇	多吉才郎	藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
汉地盔甲宗	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
甲木绒青稞宗	岭　仲	长　篇	多吉才郎	藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
昂岭之战	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
丹玛青稞宗	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
绛门之战	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
东斯玛马宗	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
东魔长角鹿	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
色日阿宗	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
色锦	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
亭迟药物宗	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
怒岭	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手写
阿岭	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手写

（续表八）

曲(书)目名称	曲　种	篇　幅	传承者	流布地区	备　注
梦岭	岭　仲	长　篇	多吉才郎	藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
绛楚玛波	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
拉堆	岭　仲	长　篇	多吉才郎	藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
珠推玛	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
伯如	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
诺布占堆	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
羌岭之战	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
辛丹二虎之争	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
朗如金子宗	岭　仲	长　篇		藏东西北、四川、甘肃、青海等	手抄本
格萨尔王传	岭　仲	长　篇			1700年藏文译蒙文本
十方之王格萨尔汗的故事	岭　仲	长　篇			1716年木刻蒙文七章本在北京刊刻
三宝化现征服敌手之世界，格萨尔传记——攻占西宁马宗及阿色盔甲宗	岭　仲	短　篇	索南旺杰	举昌寺济仲	1887年
格萨尔法令之部	岭　仲	短　篇	喇嘛钦则旺布		1935年由热振寺寺主转抄
米庞愿文	岭　仲	短　篇	米庞坚白诺布		1859年至1905年共计7篇
世界格萨尔大王传记——门岭大战之部	岭　仲	短　篇	布拉诺布	觉地首领	1871年

（续表九）

曲(书)目名称	曲种	篇幅	传承者	流布地区	备注
门岭大战之部	岭仲	短篇	玛尼		1884年萨迦派大教主
岭国雄狮大王征服敌手如意宝击败洛地木尺王传记之部			管家贡嘎才仁抄经师南木杰		1891年拉纳玛底、拉介苏里雅校订
岭地格萨尔王传奇大海之霍岭大战之部——勇士意乐嘉宴	岭仲	短篇	劳弗尔藏本		19世纪末通过达斯从扎什伦布寺藏经楼获得
格萨尔王本事	岭仲	短篇	弗兰克藏本		1902年从藏西北搜得藏文本《格萨尔王传》
丹玛布阵之部色	岭仲	短篇	罗列赫藏本	安多华热地区	1942年一僧人写成
木土司本西藏的格萨尔	岭仲	短篇			1956年在巴黎出版
霍岭大战(上)	岭仲	短篇			1962年青海以汉、藏文出版
文成公主	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗	全藏	
朗萨姑娘	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
顿月顿珠	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
卓瓦桑姆	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
苏吉尼玛	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
赤美滚丹	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
诺桑王子	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
嘎玛旺增还魂记	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
青颈鸟的故事	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
索巴旺久王子	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
古如曲旺王子	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
佛本生	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
尊者·米拉日巴	喇嘛玛尼	中篇	次仁群宗		
轮王七宝赞颂	堆巴谐巴	短篇	贡嘎坚赞	全藏	

（续表十）

曲（书）目名称	曲　种	篇　幅	传承者	流布地区	备　注
德巴丹保赞颂	堆巴谐巴	短　篇	贡嘎坚赞	全藏	
拉杰赞颂	堆巴谐巴	短　篇	贡嘎坚赞	全藏	
法王功德赞颂	堆巴谐巴	短　篇	贡嘎坚赞	全藏	
进献皇子菩萨忽必烈新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1255年
进献皇子菩萨父子及王妃等新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1256年
寄献人主忽必烈新年祈愿祝辞			八思巴	全藏	
进献皇子忽必烈父子及王妃新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1258年
为无量寿智吉祥	堆巴谐巴	短　篇	八思巴		1261年
主新年顶礼祝辞					
为六种吉祥新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1262年
进献皇帝及社稷新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1263年
进献大皇帝及皇子、后妃、诸王社稷新年祝愿辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1264年
进献皇帝新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1265年
寄献人主大自在尊者新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1266年
寄献人主新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1267年
寄献皇帝、皇后及皇子新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1268年
进献大皇帝及皇子、后妃、社稷臣民新年祝愿辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1269年
进献皇帝及皇子、后妃等祈年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1270年
进献大皇帝新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1271年
进献大皇帝及后妃、皇子新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1271年
进献人主、皇子及社稷等新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八思巴	全藏	1273年

（续表十一）

曲(书)目名称	曲　种	篇　幅	传承者	流布地区	备　注
为各方祈祷新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八　思　巴	全藏	1274 年
寄献皇帝、皇子及社稷、臣民新年祈愿祝辞	堆巴谐巴	短　篇	八　思　巴	全藏	1275 年
格萨尔王传	堆巴谐巴	短　篇	娘·玛沃色掘藏		1192 年
格萨尔王传——霍岭之部	堆巴谐巴	短　篇			1802 年莱敦藏本
格萨尔王传·降生岭国之部	堆巴谐巴	短　篇	喇嘛嘉木样钦则旺布		19 世纪以林葱土司保存本为基础

创作改编曲(书)目表

曲(书)目名称	曲　种	篇幅	作　者	出版、发表、演出情况	备　注
折嘎桑白顿珠	折　嘎	短篇	洛桑多吉	拉萨市东城区业余宣传队	1960年
诺桑与云卓	喇嘛玛尼	中篇		拉萨市业余歌舞队	1964年
开天辟地头一回	折　嘎	短篇	索朗旺杰		1964年
选代表	对　歌	短篇			1964年
次人穷穷回来了	扎年弹唱	短篇	扎西达娃		1964年
遵守交通规则好	藏语相声	短篇		拉萨市东城区业余宣传队	1964年
喝酒的坏处	藏语相声	短篇		拉萨市业余歌舞队	1965年
弹起扎年唱新歌	扎年弹唱	短篇		拉萨市文化工作队	1975年
爷爷和孙子	扎年弹唱	短篇	徐　官　珠	拉萨市歌舞团	1979年
说不完的喜事	折　嘎	短篇	索朗次仁	拉萨市歌舞团	1981年
藏汉团结描新画	坐　唱	短篇		拉萨市歌舞团	1981年
物交会的喜悦	折　嘎	短篇	克　珠	山南地区文工团	1982年
到山南参观	折　嘎	短篇	赤　来	江孜县宣传队	1982年
尼玛老师回来了	藏语相声	短篇	仁　青	山南地区文工团	1982年
一个正好	折　嘎	短篇	克　珠	山南地区文工团	1983年
语言美	折　嘎	短篇	克　珠	山南地区文工团	1983年
东风车与交通条例	折　嘎	短篇	克　珠	山南地区文工团	1983年
笑	折　嘎	短篇	克　珠	山南地区文工团	1983年
亲人	折　嘎	短篇	克　珠	山南地区文工团	1983年
男女平等	折　嘎	短篇	克　珠	山南地区文工团	1983年
第一课	藏语相声	短篇	克　珠	山南地区文工团	1983年
今日西藏	折　嘎	短篇	克　珠	山南地区文工团	1983年
远方的贵客吉祥如意	折　嘎	短篇	克　珠	山南地区文工团	1983年
责任制的好处说不完	快　板	短篇	克　珠	山南地区文工团	1983年

（续表一）

曲(书)目名称	曲　种	篇幅	作　者	出版、发表、演出情况	备　注
雄伟的布达拉宫	藏语相声	短篇	索朗次仁	拉萨市歌舞团曲艺队	1983年
吉祥如意	折　嘎	短篇		昌都县文工队	1984年
颂西藏	折　嘎	短篇		波密县文工队	1984年
笑	藏语相声	短篇	金巴洛珠	日喀则地区文工团	1984年
如今草原喜事多	藏语相声	短篇		日喀则地区文工团	1984年
讲礼貌	藏语相声	短篇	金巴洛珠	日喀则地区文工团	1984年
阿姨比妈亲	藏语相声	短篇	金巴洛珠	日喀则地区文工团	1984年
酒后开车	藏语相声	短篇		日喀则地区文工团	1984年
研究民族语言	藏语相声	短篇		日喀则地区文工团	1984年
门	藏语相声	短篇	克　珠	山南地区文工团	1984年
计划生育	藏语相声	短篇	贡桑坚村		1984年
卫生与健康	藏语相声	短篇			1984年
男声扎年弹唱	扎年弹唱	短篇		阿里地区文工团	1985年
女声扎年弹唱	扎年弹唱	短篇		日喀则地区文工团	1985年
文学的宝库	藏语相声	短篇	金巴洛珠	日喀则地区文工团	1985年
古城新貌	藏语相声	短篇	索朗次仁	拉萨市歌舞团曲艺队	1985年

音　　乐

西藏歌唱类曲种有：仲谐、岭仲、古尔鲁、堆巴谐巴、百、喇嘛玛尼、折嘎、扎年弹唱、夏共九种。

西藏曲艺音乐的主要源头为藏族古老的民歌、宗教音乐。曲体结构分为谐体、鲁体两种。

谐体（即节拍鲜明的民歌体）：唱腔包括谐、古尔鲁。谐的唱腔为上下句体，每段一般四句（藏族习惯把每句六个字、每段四句的唱腔曲调称作"雪洛卡"），间有六句、八句或更多句的。唱腔依字行腔，并据说唱所需做速度快慢、节拍、旋律伸缩等变化。十七世纪仓央嘉措的《情歌》之后，谐的音乐更加流行。

古尔鲁作为民歌的一种体裁，有着悠久的历史，始终流传在民间。当其被宗教唱经吸收并为高僧大德加以发展后，在唱腔音乐上有了非常大的发展，形成了民间古尔鲁与宗教古尔鲁之区别。

属于谐体民歌的曲种有仲谐、夏、古尔鲁等。

鲁体（即节拍自由，旋律悠长的散唱民歌体）：唱腔音乐包括牧区的牧歌、山区的山歌。唱腔结构比较自由，每段由十几句到二十几句不等，句数不一定为偶数。每句有七个字、九人字、十一个字，也有六个字的。每句字数不一定相等。唱腔依字行腔，依故事情节展开的需要在腔调及速度上加以变化。

属于鲁体民歌的曲种有：岭仲、百等。

岭仲音乐　　岭仲音乐是在西藏广为流传的鲁体民歌基础上发展形成的。

鲁体民歌主要为藏北和康区草原的牧歌，在岭仲音乐中牧歌的特征被保留了下来，同时产生了许多人物专用的、表现各种情绪的曲调。岭仲的曲本为散音乐相间体，散文多于韵文。散文用于叙事，韵文用于代言。韵文有六字、七字、八字的，也有九字的。有在整齐的六字句中插七字的，有在整齐的八字句中插用九字的。唱腔多为上下句体，也有三句、四句体。演唱时多数无乐器伴奏。

岭仲唱词的句式、曲调的旋律进行，与鲁体民歌中的衬词有密切的关系。仲肯（岭仲艺人）们在所有唱段的演唱开始时，都要唱两句藏北草原牧民依方音演唱的，仅由衬词组成

的曲调，衬词为"鲁阿拉塔拉塔拉热，鲁塔拉拉姆塔拉喃"。其衬词的大意是"歌要像塔啦啦塔那样唱，歌要像塔啦啦姆那样唱"。这里的"塔啦啦塔"与"塔啦啦姆"，对本唱段唱词的字数、唱腔的旋律都起着制约作用，也就是说，两句衬腔后的曲调，唱词要按照衬词提示的字数、唱腔要按照衬腔提示的旋律演唱，使随后所有的唱腔统一到这两句唱腔的格式中去，从而形成了岭仲的唱腔特点，即人们一听仲肯唱的前两句唱腔，就知道这是唱的岭仲。如果要改变唱词的句式和唱词的旋律，两句衬腔就会改变，如果去掉"鲁"字，或加衬词"呢、呀、嗦、央、得"等，如把"鲁阿拉拉姆阿拉日"改为"鲁(呢)阿拉拉姆阿拉(呢)日"也就使得原唱词的八字句改为十字句了。后面的唱腔就需根据十字句来念字、断词，这也同时影响到旋律、节奏的变化。还有意思不同的两句衬词"鲁阿拉拉阿拉呢，鲁塔拉俄格古鲁热"，意为"歌要像阿拉拉姆那样唱"，塔拉就是歌的语音和声调，是提醒后面的唱腔要围绕"塔拉拉"三个衬字来编创曲调。

岭仲唱腔的特征为节奏轻快，旋律流畅，多级进，平缓自如。演唱时大多一字一音，且多三连音，故铿锵有力，几乎每首曲调的结束都落在时值短促的音符上，或是一拍、半拍的休止上，有的要休止一拍半，而不似其他曲调结束时常有延长音、装饰音。这样，在演唱成千上万行诗行时，依然动听，听众不会有厌倦之感，而这种唱腔结构也给仲肯们留有充分的搜索词句的时间。

岭仲的唱腔曲调是专人专曲。岭仲故事中的主要人物有：格萨尔、珠牡、叉根、嘉察、丹玛、晁同，以及众魔国的魔将如黑帐王等，一般情况下，他们各有自己的专用唱腔，不能混用。这些专用曲调，把每个人物的性格特征、身份地位、情态举止都显示得淋漓尽致。但同样的曲调名，却因艺人的演唱而异，因从来也没有对这些曲调旋律加以规范，而基本情绪却是相同的。

格萨尔：在岭仲中格萨尔有许多名字，如童年称"恶小子觉如"，成年后有"世界雄狮大王"、"制敌如意宝珠"、"引拔众生的喇嘛"、"黑头凡人的教主"、"天王"等等。由于他与众不同的出生、地位、权力、使命等，他是除不能唱魔敌及个别人物的几十个专用曲调外，唯一可以通用一切曲调的人物。他的专用曲调有：〔吉祥回旋调〕、〔威慑会场调〕、〔神咒伏魔调〕、〔大小颤韵调〕、〔威凌远扬调〕、〔大幕倨傲调〕、〔雄狮六变调〕、〔三世幻化调〕、〔云雀戏要调〕等。如《霍尔岭之战》中的天王唱腔：

天 王 唱 腔

土　登演唱
阿　洛记谱

3/4 (1 6̣ 1 | 2 - 2 3 | 5 4 5 | 6 - - | 6 5 3 |

2 - 2 3 | 2 6 1 | 6 - -) | 6 6 i | 6 - 5 |

拉 钦（达） 阿 普

拉 门（达） 门 吉

6 3 5 | 3 - - | 5 6 3 | 2 - 3 | 2 6 1 |

许 久 拉， 次 阿 母 岭 吉 萨 卡

杰 萨 乃， 洛 依 阿 琼 吉 如

5 - - | 1 6 1 | 2 - 3 | 5 4 5 | 6 - - |

拉； 帕 加 查 古 次 马 轮 堆，

吉； 洛 一 母 琼 古 如 你，

6 5 3 | 2 - 3 | 2 6 1 | 6 - - ‖

吉 觉 如 岭 拉 麻 冲 堆。

麻 赤 马 觉 阿 岭 拉 佛。

唱词大意：

我向大佛婆罗门敬一句，在远古的岭国父王未成年时，

您还未在岭国出生时，从首都山南调集十五万兵马进驻岭国。

珠牡：珠牡为岭国美女，格萨尔的爱妃。她心灵手巧，情纯意浓。她的专用曲调有：〔九曼六变调〕、〔依序变韵调〕、〔白晶石六变调〕、〔神韵六变调〕等。例如：

珠 牡 唱 腔

玉 梅演唱
马阿鲁记谱

1 = D

♩=72

2/4 5. 6 i 2 | i 6 6 i | 6 6 5 5 | 2. 3 5 i |

鲁 啊 拉 啊 拉 啊 呀 拉 日， 塔 拉 姆

6 5 3 2 | 1 2 6 1 | 1 - | 1 0 ‖

鲁 吉 古 鲁 日。 （呀）

唱词大意：

在离乱飘泊中我来到霍尔，家乡的山歌渐渐遥远。

幸福的日子丢在了背后，愤怒和郁闷憋在心里。

叉根：叉根为岭国的老总管，为人干练稳重，见多识广，足智多谋，慈祥仁厚。他的专用曲调有〔悠缓长韵调〕、〔平稳长音调〕、〔柔和悠长调〕等。例如：

老总管唱腔

1 = ♭E

扎　巴演唱
马阿鲁记谱

2/4 3 3 3 356 7 | 3/4 6 5 3 2312 2 0 | 2/4 3 3 5 6123 | 3/4 3 15 6 6 0 ‖

鲁阿拉 鲁益索　连鲁塔 日，（呀）　"央阿拉"是　歌的 起 法。
我不唱 虚空　缥缈 曲，（呀）　虚空 茫茫　无边 际。（呀）
我不唱 河水　慢流 曲，（呀）　河水 悠悠　流不 息。（呀）

嘉察：嘉察为格萨尔之同父异母兄长，他母亲是汉人，故其皮肤白皙如太阳，他尚白好洁，就是在战场上也是白人白马白盔。他为人诚恳真挚，善良可亲。他的专用曲调有：〔白色六变调〕、〔白狮六变调〕、〔白面颤音调〕等。例如：

嘉察唱腔

1 = ♭E

♩=96

桑　珠演唱
马阿鲁记谱

2/4 6 6 6 5 | 6 5 i 2 | 6 6 5 2 2 3 | 2 2 0 |

鲁 拉 啦 斯 塔 拉 里 塔 拉 日，（呀）

2 3 2 3 5 6 i | 6 5 3 3 | 2 1 6. 1 | 2 2 0 |

塔 拉 莫 给 鲁 益 连 鲁 日。（呀）

3/4 0 6 5 i 6 5 3 | 2/4 5 6 5 3 2. 1 | 2 2 0 |

怎 样 抗 击 霍尔的 进 攻，（呀）
让 我 们 各 自 想 出 妙 计，（呀）

0 6 1 6 5 | 6. 1 1 2 3 | 2 1 6. 1 2 | 2 0 0 ‖

如 何 部 署 我 们 的 阵 营。
迎 接 又 一 个 战 斗 的 黎 明。

丹玛：丹玛为岭国三十员雄将之首，号称“天下无敌的世界神箭王”，骁勇威猛。他的专用曲调有：〔剽悍饮血调〕、〔塔拉六变调〕、〔天庭空旷调〕、〔吞噬心脏调〕等。例如：

丹 玛 唱 腔

扎　巴演唱
马阿鲁记谱

1＝^{b}E

♩＝80

2/4

鲁阿拉 阿拉 阿 拉 日 阿 拉 日，（呀） 鲁塔拉 是

歌 的 起 法。这 些 歌，是 我 的
若 不知 这 地 方，这

唱 腔，这 些 歌（呀）是 我 唱 的 歌。（呀）
地 方，这 里 是（呀）千 军 万 马的 阵 地。

晁同：晁同是格萨尔的叔叔，是个翻手为云覆手为雨的人物，脾气暴躁、喜怒无常、虎心鼠胆，忽而叛变岭国出卖手足，忽而挑起事端引燃战争。他的专用曲调有：〔愤怒咆哮调〕、〔冷嘲短急调〕、〔抑稳冲动调〕、〔急慢柔杂韵调〕等。例如：

晁 同 唱 腔

扎　巴演唱
马阿鲁记谱

1＝^{b}E

♩＝108

2/4

阿 拉 鲁 益 连 鲁 斯 日，（呀） （呀）

塔 拉 鲁 益 古 鲁 日，（呀） 旦 措 阿 吉

古 鲁 日。（呀） 如 不 识
如 不 认 得

2. 3 2. 1 | 2 - | 2 0 0 | 2. 3 6 |

这 地 方，（呀） 此 乃是

我 是 谁，（呀） 我 乃是

6 6. 3. 5 | 2 3 1 6 1 | 2 - | 2 0 0 :||

柯 比 终 森 草 原。（呀）

达 绒 部 落的 晃 同 王。（呀）

魔国王及兵将：在《格萨尔王传》里有许多魔国的国王、兵将、走卒，也有属于他们专用的曲调。如：〔长果短果调〕、〔狂傲耸立调〕、〔猛虎施威调〕、〔雏熊嚎吼调〕、〔“咿”音六变调〕、〔“欧”音六变调〕等。例如：

黑帐王唱腔

1 = D

♩ = 66

扎　巴演唱

马阿鲁记谱

2/4 3. 5 6 | i i 6 6 5 6 6 5 3 5 | 3 5 0 | i 2 6 6 5 6 3 6 6 3 |

（扩 日） 拉 拉 得 拉 拉 达 啦，（呀） 达 啦 姆 阿 吉 连 鲁

5 6 0 | i 6 6 5 6 3 6 6 5 3 | 3 5 0 | 6 6 i 6 6 5 6 |

日。 以 我 的 特 殊 的 霍 国 的 礼 节， 组 织 了 吉 祥 的

3/4 3 5 3 3 5 0 | 2/4 i 6 6 5 6 3 | 3/4 6 6 3 3 5 0 |

庆 典。（呀） 若 不 识 此 地 方 何 地 方，

2/4 2 1 2 5. 6 | 3 3 3 2 1. 1 | 3/4 5. 3 3 - | 2/4 3 0 0 ||

这 就 是 自 成 名 天 下 的 霍 国 土 地。（呀）

在岭仲的专人专曲中，尚有仿声的模仿动物、自然界优美声响，拟形的以动物的形象、自然界的现象形容人物情感，仿声与拟形相结合以塑造人物形象的曲调。

仿声：仿声的对象以自然界的飞禽走兽为主，同时也包括风雨雷电等自然界的声音。在仿自然声音的过程中，也展现着艺人演唱时运用变、颤、转、换等声乐技巧所创造的丰富的音乐色彩。此类曲调有：〔喜鹊上扬调〕、〔白鹅嬉鸣调〕、〔云雀六变调〕、〔六趾类

颤音调〕、〔白狮六变调〕、〔母虎遥啸调〕、〔骏马长嘶调〕、〔细雨淅沥调〕等。例如：

云雀六变调

1 = ♭D

次仁旺堆演唱
仁　青记谱

2/4 〔6〕 3 3. 6562i i | i - | i 0 0 | 1 6 i 2i |
(音标) kor dang dang dang ki dong tong
(汉字谐音)果日 当 (当) 当 吉， 东 同

i 6. 535 | 〔6〕 6 6 i i | 6 6 5356 | 6 - | 6 0 0 ‖
la yin dang di ma ting song yo (ya)
拉 引 当 得 嘛 丁 松 哟。 (亚)

唱词大意：

成千上万的难民们，有三句话请听清。
是勇士一名也能征战，是快马一匹也能驰骋。
狐狸一样的懦夫再多，危难之际只顾逃命。

模拟：以人们对自然界动物形象的感受，对江河、草木、雷电现象的感受，形容《格萨尔王传》中众多人物或高傲威凌、或急躁愤怒、或含情脉脉、或惊悸震颤等不同的情绪。此类曲调有：〔母虎倨傲调〕、〔雄狮盛气调〕、〔狮鬣发火调〕、〔闪电骤然调〕、〔江河怒卷调〕、〔花朵吐蕾调〕、〔蜜蜂尖声调〕等。同时也还有《格萨尔王传》里许多动物的专用唱腔。例如：

格萨尔坐骑唱腔

1 = ♭E

次仁顿珠演唱
仁　青记谱

2/4 2 2. | 3 2. 1 6 | 3 2. 1 6 | 2 1. 1 6 | 6 6 |
恩 阿 恩 阿， 达 波 米 波 达 拉 觉 秀 恩 阿

6 6. | 6 2. 1 6 | 3 2. 1 6 2 | 1 1. | 1 1. |
恩 阿， 米 吉 达 波 吉 乃 钦 觉 恩 阿， 恩 阿，

3/4 1233 1 2. 1 6 | 2/4 6 6. | 6 6. | 1 6. 6 6 | 1233 1 2 |
龙巴吉龙 得 拉 来 乃， 恩 阿 恩 阿， 曲 热 则 曲 卓 姆 得 秀

1 1· | 1 1· | 1 2· 1 1 | 6 6 66 | 6 6· | 6 6· ‖
恩 阿 恩 阿 亚 秀 亚 秀，达波 觉秀 斯吉 恩 阿， 恩 阿。

唱词大意：

啊！勇敢的骑士，我骁将就要出发了！

啊！我来到这山清水秀的地方，来吧，来吧！

让我领着众骑士，出征，出征。

仿声与模拟：这是一种更加有文学铺排性的、具有浓郁藏族音乐风格的曲调。其唱词与旋律既写实又夸张，以表现勇士征战勇猛、顽强著称，同时亦可表现悲痛的及平和的各种情绪。此类曲调有：〔愤怒咆哮调〕、〔震慑四敌调〕、〔食敌肉咆哮调〕、〔舌战六变调〕、〔壮歌长韵调〕、〔狮虎对峙调〕、〔兀鹰翻飞调〕、〔悲痛自缢调〕、〔和悦丝绸调〕等。

岭仲的唱腔音乐存有两种风格，一种是康区山歌色彩的，另一种是藏北牧区色彩的。康区山歌常见以散板的自由节拍演唱；藏北牧歌虽有节拍，但一般速度较缓，充满牧民宽广的胸怀和激动人心又幽默的生活气息。康区的唱腔如：

丹 玛 唱 腔

1 = F

扎　巴演唱
马阿鲁记谱

自由慢板

サ 616 665 6· 1 353 3 2332321656 5· 656165 3 0 ⁝
鲁 啊拉斯者 啊 啊 啊 拉 拉，(呀)

353 5 616560 5656 6· 5 616 6 6· 6 0 ‖
鲁 阿 拉 斯 鲁 益连鲁， 这 就是 歌 的 起 法。(啰 呀)

藏北牧区的唱腔如：

丹 玛 唱 腔

1 = ♭E

桑　珠演唱
仁　青记谱

♩=60

2/4 666·5 6 532 | 1 1· 2 6 6 | 66553 35632 |
鲁啊拉 拉 拉日唐 斯 林 斯林， 塔拉塔拉 塔拉 日唐

3 3· 3 3 0 ‖: 6 6 6 i 6 5 3 5 3 3 2 5 | 5 3·2 1 5 3 2 1 |

斯 林 斯 林。 （斯 林 斯 林） 如 果 不 识 这 地 方，

（斯 林 斯 林） 这 地 方 大 岭 国 也，

6 6 0 5 6 6·1 3 | 5 3 2 1 1 3 2 1 | 1 1· 1 | 1 1 0 0 ‖

（斯 林 斯 林） 如 果 不 识 这 地 方，（斯 林 斯 林）

（斯 林 斯 林） 这 地 方 是 岭 国 也。（斯 林 斯 林）

在岭仲众多段曲目中，唱腔音乐变化多，最有代表性的曲目有两个，一是《宗巴赞帽》，一是《门岭之战》，其唱腔如：

宗 巴 赞 帽（曲一）

土 登、米 玛等 演唱
阿 洛 记谱
扎西次旦 翻译

3/4 (2· 4 5 6 | 5 5 4 4 5 | 2 1 6 | 2 2 1 1 | 1 1 6 5 |

5 - - ‖: 5 0) 6 1 | 2 2 2 | 2 1 6 1 1 | 1 2 3 2 |

阿 哈 鲁 阿 拉 阿 拉 得，塔 拉

阿 哈 米 阿 措 阿 俄 得，玛 欣

2 0 6 1 | 1 - 6 | 1 2 5· 6 | 5 4 4 5 4 | 2 0 6 1 |

热 塔 拉 鲁 依，连 鲁 热

那 阿 宗 次 宗，奔 松 莹

1 1 6 6 1 | 2· 4 5 6 | 5 5 4 4 5 | 2 1 6 |

萨 得 唐 萨 俄 玛 辛 那，

嘎 托 吉 杰 布 俄 措 简，

2 2 1 1 | 1 1 6 5 | 5 - - | 5 - - :‖ 5 0 0 ‖

霍尔 阿 庆 唐 巴 唐 珠 西 日。

嘎 果 得 杰 姆 唐 协 卓 玛。

唱词大意：

阿哈，“鲁阿拉塔拉塔拉热”“塔拉”是歌的主唱法，

若不知此地是何方，是那霍尔大坝埃玛塔，

若不认得我为何人，我乃阿宗、次宗三姐妹。

宗 巴 赞 帽（曲二）

龙　　日
普布次仁 演唱
阿　　洛 记谱
扎西次旦 翻译

3/4 (3 - 5 | 3 - 2 | 1 6 1 | 2 - 3 | 5 3 5 |

1 - 2 | 1 6 5 | 6 66 66 | 6 66 66 | 6 0 0) |

【制帽歌】

|: 6 - 5 | 1 - 6 | 2 2 2 | 1 - - | 2 - 1 |

阿 拉 阿 拉 拉 阿 得 日， 塔 拉

得 拉 恰 才 连 松 得 加， 索 俄

6 - 1 | 6 3 5 | 6 - - | 3 - 5 | 3 - 2 |

鲁 依 连 鲁（得） 日， 耶 廊 得 拉

西 依 衣 拉（得） 霞， 得 终 索 拉

1 6 1 | 2 - 3 | 5 3 5 | 1 - 2 | 1 6 5 | 6 - - :|

连 松（得） 且， 运 果（得） 得 拉 连 松（得） 且。

岭 恰（得） 且， 索 达（得） 阿 让 卡 得（得） 且。

唱词大意：

“阿拉阿拉阿拉热”“塔拉”是歌的主唱法，

我们左三转、右三转量了有三次，

四个裁缝牢记心间，还要我们来细安排。

宗 巴 赞 帽（曲三）

阿　　洛
米　　玛 演唱
阿　　洛 记谱
扎西次旦 翻译

2/4 (55 5 32 | 1 61 3·5 | 2 2) |: 6·1 3·5 | 5323 3 |

扎 巴 耶 拉，

扎 巴 运 拉，

3/4 5 56 5323 3 | 2/4 5 56 5 32 | 1 61 3. 5 | 2 2 :||

杰 喂 堆，（亚） 色 吉 曲 登 果 娃 扎 亚，

霞 摆 堆，（亚） 拉 堆 甲 康 得 果 娃 扎。

唱词大意：

挎在右肩上时，好似一尊金塔，
放在右肩上时，尤如扛着茶箱；
帽子挂在膝盖时，好像野鸭湖边游，
帽子戴在头顶时，活像个英姿焕发的小伙子。

宗 巴 赞 帽（曲四）

龙　　日　演唱
阿　　洛
阿　　洛记谱
扎西次旦翻译

2/4 (335 6. 1 | 3. 6 5. 3 | 2 6. 1 | 335 2. 3 | 2. 1 635 | 6 - |

6 0) | 666 2. 5 | 353 2. 1 | 2 - | 2 6. | 6. 1 3. 5 |

顿的得 顿 巴 措果的 仓，（亚） （亚）

323 1. 3 | 2 67 | 5 - | 5 3. | 335 6. 1 |

加的得 西 绕 拉格得 仓，（亚） 堆西的 卡 能

3. 6 53 | 2 6. 1 | 335 2. 3 | 2. 1 635 | 6 - | 6 0 ||

得 拉得 仓，（阿 波）玛仓 娃 尼 吉 江 得 米。（亚）

唱词大意：

从前面观看具备佛的神态，
从后面观看具备佛之天才，
春夏秋冬真是无所不有。

宗 巴 赞 帽（曲五）

土　　登演唱
阿　　洛记谱
扎西次旦翻译

2/4 (5 5. 1 | 2. 1 6. 5 | 6 6) |: 3 3. 6 | 6. 1 5. 3 | 5. 3 2. 1 |

鲁阿 拉 塔 拉 塔 拉 热，（亚 某）

米阿 扎 阿 俄 玛 幸 那，（亚 果）

2 2· 5 | 5·3 2·1 | 2 2 | 5 5· 1 | 2·1 6·5 | 6 6 :|

塔 拉 鲁 依 连 鲁 热 呀， 萨 的 萨 俄 玛 幸。（那 呀）

亚 美 托 果 米 吧 斯 呀， 果 热 米 简 欧 呆。（吧 呀）

唱词大意：

“鲁阿拉塔拉塔拉热”“塔拉”是歌的主唱法，

若不认得我是谁，我是亡命吐火鬼。

若问此地是何方，此乃南方牟塘大草场边。

齐唱唱腔

《门岭之战》

土　　登
龙　　日等演唱
阿　　洛记谱

2/4 (1 1 1 6·1 | 2·3 6 | 6·i 5 5 | 2 4 5 | 2 - | 2 0) |

|: 2 2 2 6 1· | 2 5 4 | 5 - | 5 3· | 3·5 6 i |

（鲁 阿 拉 塔 拉 塔 拉 塔 日 （呀 呀）

在 三 五 一 十 五 周 岁 时 （呀 呀）

i i i 6·5 | 2 3·2 | 1 - | 1 6· | 1 1 1 6 1 |

塔 拉 阿 吉 古 鲁 古 热，（呀） 愿 雄 曲 开 头

向 北 方 康 敌 去 出 征，（呀） 箭 穿 那 魔 王

2·3 6 | 6·i 5 5 | 2 4 5 | 2 - | 2 0 :|

唱 得 好。 雄 狮 般 的 格 萨 尔 王，（呀）

(2 2)

天 灵 盖， 二 十 五 岁 风 华 正 茂。（呀）

唱词大意：

（齐唱）

歌的调是鲁啊拉塔拉塔热，

愿歌曲开头就唱得好。

雄狮般的神童格萨尔，

在三五一十五周岁时，

向北方羊康犯敌去出征，

箭穿魔龙王的天灵盖；

二十五岁风华正茂时，

向黄色敌人霍尔营垒去出征；

寿享三十五岁壮年时，

向紫色敌阵羌人去出征。

羌岭九载烽烟正弥漫，

终将众魔心脉都斩断。

众人心愿得实现。

王拉托久唱腔

《门岭之战》

龙　日演唱
阿　洛记谱

2/4 (6 6·6 | 1·2 1·5 | 3·5 3 | 3·5 2·1 | 6 1·2 |

6 6 6 | 6 0) | 3 3· | 5·6 5·5 | 5·5 3·2 |

我 歌 唱 的 是 阿 拉 塔 拉，
似 天兵 天 将 降 临 领 地。

3 3· | 5·6 5·5 | 5·5 3 2 | 6 6· | i·2 i·5 |

倘 若 不 知 好 汉 我 是 谁，我 是 羌 珠 玉 拉
真 实 意 图 告 诉 你 吧，岭 王 侄 儿

3·5 3 | 3 3 5 2·i | 6 i·2 | 6 6 6 | 6 0 ‖

托 久，国 王 率 众 来 自 岭 上 部，
(3 3)
查 拉 孜 杰，和 门 岭 公 主 梅 朵 拉 孜 俩，

唱词大意：

歌的调是啊拉塔拉塔拉，
倘若不知好汉我是谁，
我是羌珠玉拉托久。
国王率众来自岭上部，
似天兵天将降临领地。
真实意图告诉你吧，
岭国王侄儿查拉孜杰，
和门公主梅朵拉孜俩，
今世相配是前世有缘，
我们来此目的就是求婚，
请你古拉把话记心间。
年轻而美丽的小姑娘，
如若和平求婚不同意，
往后抢婚时且莫后悔，
盼你国王大臣细商议，
明天、后天和大后天，
限这三天内要把话回。

丹　玛　唱　腔

1 = F　　《门岭之战》

桑　珠演唱
仁　青记谱
索　次翻译

2/4 1 6 1 2 | 1 6 5 | 1 6 1 2 | 6 0 | 1 6 1 2 |

门 子 达 瓦 称 赞 他，口 口 声 声
开 恩 饶 他 这 条 命，说 他 想 起
决 心 投 降 岭 朵 国，诚 心 皈 依
门 子 达 瓦 曹 赞 和，察 香 丹 玛
为 人 说 情 有 惯 例，譬 如 常 有
一 同 进 居 藏 地 商，从 未 见 过

1 6 5 | 4 5 2 | 2 4 5 6 | 5 - | 5 0 ‖

把我求，要我上禀雄狮王。（呀）
过去事，如今感到很后悔。（呀）
喇嘛你，一切听从你吩咐。
江杰我，过去虽然无交情，
这样事，来自东方汉商和。
不相识，借宿三日已成友。

总管、绒查叉更唱腔

《门岭之战》

桑　珠演唱
仁　青记谱
索　次翻译

2/4 1 6 1 2 | 1 3 | 6 1 2 | 1 0 |

无敌威王陛下，（呵）
并非隐瞒不露真，
我等东岭四遗老，

1 1 2 | 3 5 3 | 1 2 1 6 | 6 0 | 1 1 6 |

还有这般话要禀，门岭
羌岭大战一结束，战后
决定后奏威王您，今日

1 2 2 1 | 1 6 6 2 | 1 6 5 | 6 - | 6 0 ‖

过去结怨仇，（呀）结怨仇。（呀）
休整到一年，（呀）到一年。（呀）
天神援妙计，（呀）援妙计。（呀）

玉拉脱杰唱段

《门岭之战》

桑　珠演唱
仁　青记谱
索　次翻译

进行曲速度

2/4 5 3 5 6 | 5 3 2 | 5 6 i | 6 0 |

古拉将军听仔细，
大号唢呐和铜锣，
门岭成亲为和睦，

1̇ 6 1̇ | 2̇ 3̇ 2̇ | 2̇ 1̇ 6 | 5 0 | 1̇ 6 1̇ 3̇ |

世上 人间 譬喻 说， 堡垒大门
为了 悦耳 而吹 打， 绳幢巨幡
说亲 为了 成眷 属， 我为这个

2̇ 1̇ 6 1̇ 6 | 5 3 5 1̇ | 1̇ 6 6 5 | 5 - | 5 0 ‖

和 城墙 为了防险 而修 筑。 （呀）
和 胜幢 为了显高 而装 饰。 （呀）
大事来 英雄把话 记心 间。 （呀）

仲谐音乐　　仲谐音乐是在藏族各地流传的民间歌曲、牧歌、山歌的基础上，并吸收藏戏唱腔音乐融合发展而成的。

仲谐唱腔曲调繁多，有的有曲调名，如〔怀念歌〕；有许多无曲调名，多是从唱词的主题概括出来的，如唱词为："妈妈、妈妈求求你，不要让我嫁出去。实在要我出嫁，也不愿意嫁那后山的胖大哥。胖哥你有这样的心，但姑娘我却不愿意。"这段唱词的曲调名称则为"我实在不愿嫁"，或者用的就是曲目的名称。

仲谐的文体散韵相间，有极少数为全用散文或全用韵文的曲目。在散韵相间体曲目中，散文用于叙事、韵文用于代言。韵文唱词每句以六字、七字、八字为常见。一般情况下，六字较多，这与藏族民歌结构有很大关系，尤其是与六字四段体的"雪洛卡"几乎无区别。其唱腔的特点是易听、易记、易唱。如六字句的"雪洛卡"：

信义抛到身后，
花言巧语骗人，
若不狠狠回击，
美德无法弘扬。

每句七字的，如民间故事《卓朵措姆》的唱词：

亲爱的阿爸呀！
刚才离家的时候，
脸色(像)雪山一样白；
现在回来的时候，
脸色(像)锅底一样黑。
要是阿爸遇(上)不幸，
快快告诉我和妈。

每句八字的，如民间故事《晃脑袋的蠢人和梵天小姐》的唱词：

一望无际的天空中，

我们曾向星月环绕。

近来仿佛乌云遮住，

星星月亮隔了幕障。

今天我来此处拜访，

要拨开灰暗的乌云。

蓝蓝天空洗掉污垢，

星星月亮重放光芒。

仲谐在演唱时，为一人说一人唱，无乐器伴奏。唱腔曲调均具有各地浓郁的地方色彩，后藏的仲谐曲调具有浓郁的民歌风格，前藏的仲谐曲调则有牧区浓郁的牧歌风格。

民歌风格的后藏曲调结构一般多为四句体，结构严谨，唱腔旋律进行流畅、多级进，旋律性强。如“我实在不愿嫁”的唱腔即为四句体，节拍以$\frac{2}{4}$拍为主兼用$\frac{3}{4}$拍，旋律为五声音阶羽调式，四句落音分别为“3、3、1、6”。例如：

我实在不愿嫁

次卓玛演唱
仁 青记谱

$\frac{2}{4}$ 6. 1 | 3 6 | 6 1̇ 6 5 | 2 3 | $\frac{3}{4}$ 5 1̇ 6 3 5 |
阿 妈 古 吉 古 吉， 普 姆 米 拉
拉 木 加 吉 阿 觉， 阿 觉 达 巴

3 3 - | $\frac{2}{4}$ 3 2 3 5 | 6 3 | 5 2 1 |
玛 得， 该 斯 普 布 米 拉 得，
吉 吉， 该 斯 阿 觉 都 拉 有，

$\frac{3}{4}$ 5 6 1 3 | $\frac{2}{4}$ 2 3 1 | 6 6 | 6 - ‖
那 拉 木 加 阿 拉 玛 得。
那 普 木 洛 阿 拉 民 都。

唱词大意：

妈妈、妈妈求求你，不要让我嫁出去。

实在要我出嫁，也不愿意嫁那后山的胖大哥。

胖哥你有这样的心，但姑娘我却不愿意。

而后藏民歌随地域的不同风格也不相同，〔怀念歌〕则具有后藏萨迦地方民歌的特征。唱腔为四句体，节拍为$\frac{4}{4}$拍。旋律为七声音阶宫调式，四句的落音分别为“2、6̣、6̣、1”。例如：

怀念歌

白　珍演唱
仁　青记谱

4/4 2· 3 1 6̣1 | 3 1 2 - - | 2· 3 1 7̣5̣ | 6̣7̣ 6̣ - - |
怕 玉 确 乃拉 用 堆， 苏 洋 真 巴 玛 穷，

5̣· 6̣1 2 3 5 | 5 6 4 3 23 1 | 1· 5 3 5 2 3 | 1 1 - - ‖
拉 姆 吉 加 你 恰 拉， 怕 亲 协 日 真 琼。

唱词大意：

当我从故乡离别时，不曾想起谁。
但翻过那一座又一座山岗时，慈祥双亲的面庞时现在眼前。

西藏自古流传着许多有关动物的故事，在这些故事中对动物的描写都是拟人化的，在艺人口中就变得更加生动。讲唱故事的过程中，对动物鸣叫声的模仿，是仲谐唱腔音乐的重要组成部分，如在唱腔里模仿喜鹊叫声的〔喜鹊调〕：

喜鹊调

次玉珍演唱
仁　青记谱

2/4 1 1· 1 1· | 2 2 3 | 3 2 2 3 | 3 2 2 1 | 1 1· 1 1· |
萨 嘎 萨 嘎 萨 嘎， 甲阿 马 待 甲 阿 庆 越 萨 嘎 萨 嘎

2 2· | 3 2 2 3 | 3 2 2 1 | 1 1· 1 1· | 2 2 |
萨 嘎， 甲 阿 顶 曲 拉 拉 庆 越 萨 嘎 萨 嘎 萨 嘎，

3 2 2 3 | 3 2 2 1 | 1 1· 1 1· | 2 2· | 2 3 5 3 |
拉 拉 布 母 波恩松 都 萨 嘎 萨 嘎 萨 嘎， 敢 巴 迪 尼

2 3 2 1 | 1 1· 1 1· | 2 2· | 3 2 2 3 | 2 3 2 1 |
敢 扎 霞 萨嘎萨 嘎萨嘎 弦 巴， 迪 尼 弦 扎 霞

1 1· 1 1· | 2 2· ‖: 2 3 5 3 | 2 3 2 1 | 1 1· 1 1· | 2 2· :‖
萨嘎萨 嘎萨嘎 珍瓦， 迪尼勇 堆都江 萨嘎 萨嘎 萨嘎。

唱词大意：

萨嘎、萨嘎、萨嘎，
我喜鹊不留人间，
远走高飞。
萨嘎、萨嘎、萨嘎，
我喜鹊飞向天堂，
飞向极乐世界。
萨嘎、萨嘎、萨嘎，
在天堂有三女子，
萨嘎、萨嘎、萨嘎，
长女太大，
萨嘎、萨嘎、萨嘎，
三女太小，
萨嘎、萨嘎、萨嘎，
二女正合我意，
也想跟随。
但是……萨嘎、萨嘎、萨嘎……

仙鹤唱腔

次仁顿珠演唱
仁　青记谱

♩=75

2/4 2 2· | 3 3 2 2 | 5 2· 2 3· | 3 2· 1 1· | 1 1· | 1 1 1 2 3 |
啭 啭 啭啭 啭， 霍给 堆甲 列松 充罗 充罗， 甲日日 勇乃

5 2 3 2 3· | 2 2· | 3/4 3 2 3 2 3 2 1 | 2/4 2 1 1 6 | 1 1· | 1 1· ‖
节日日 多给 充罗充罗， 甲日日勇乃雪 加 冬 给 充罗 充罗。

唱词大意：

啭、啭、啭、啭，
美丽的仙鹤飞到广阔的田野上，
各个仙鹤翱翔着，
各个仙鹤展开翅膀飞翔。
啭、啭……

牧歌风格的前藏仲谐曲调多为自由的散唱，有些虽有具体节拍，但演唱速度均较慢，并常见 2/4 拍与 3/4 拍的频繁转换，是因艺人对唱腔处理较自由之故。同时，曲调比较简单，常见将一句唱腔作不同节奏、不同旋律的变化，唱腔旋律常见三连音、切分音，曲体结构是单腔句的自由反复。也有上下句体结构的唱腔，但每句唱腔的长度随意性也极大。自由的散唱与对节拍的灵活处理，形成了草原牧歌特有的开阔与奔放的特征。

单腔句反复结构的如《金童子和香香嘎拉姑娘》唱段，起节拍为 2/4 拍与 3/4 拍的频繁转换，唱腔为五声音阶羽调式，每句唱腔均落“6”音。例如：

金童子和香香嘎拉姑娘

丹　增演唱
马兴无记谱

1 = ♭B

稍慢 $\frac{2}{4}$

阿里国王　像那桥上人，　像那　桥上人，

香香嘎拉姑娘像那小桥。（萨达吐

萨达吐）阿古卓卓　像那桥下流水，像那

桥下流水。若是小桥被水冲走，

桥上的你怎么办。（萨达吐　萨达吐）

单腔句反复结构的曲调尚有许多行腔多三连音，句尾由同音各占一拍结束的。如“怎么办”唱段节拍为$\frac{2}{4}$拍，由六句的反复构成，每句的句尾均为5 5 0 |。例如：

怎　么　办

丹　增演唱
马兴无记谱

中速 $\frac{2}{4}$

阿里国王像那玛尼堆，（呀）香香嘎拉

姑娘像幡旗，（呀）阿古卓卓像那山顶的狂风，

若是幡旗被那狂风刮跑，玛尼堆你

6 i6 5 3 | 5 5 0 | i i i 6 6 | i656 5 3 | 5 5 ‖
怎 么 办?(呀) 玛 尼 堆 怎 么 办?(呀)

上下句体结构的曲调有多种类型。一种虽为$\frac{2}{4}$节拍但是稍慢速自由演唱的曲调，上下句唱词并不规整，有长有短，上句唱腔落“1”音，下句落“5”音。例如：

白石头堆上的雄鹰

1 = D

丹　增演唱
马兴无记谱

稍慢、稍自由地 ♩=124

$\frac{2}{4}$ 2 2 2 6 i | 2 - | 2 323 | i2i 6 | 22 2 | i2i 6i |
白石头 堆 上 的 雄 鹰， 请展开你 娇健的 双

i - | 2 i 6 | 6 i 6 i | 6 i6 5 | 5· 6 | 4 54 2 |
翅 飞 到 万里 天界 万里 天 界， 请 来

5 5· | 5 6546 | 5 - | 5 0 | i323 2 | 2· 3 |
五 百 天 兵。 (呀) 我 是 龙 的

i2i 6 | 2 2· | 22 i6 | i - | i 0 | i i 6 i |
金童 子 金(呀) 金 童 子， (啰) 被那 奸 商

5 - | 5 6 | 4 54 2 | 5 5· | 5 6546 | 5 - |
杀 害 了 被 那 奸 商 杀 害 了。

5 0 | 2 2 2 6 i | 2 - | 2 323 | i2i 6 | 22 2 |
(呀) 烂石头 堆 上 的 鸽 子，展开 那

i2i 6 i | i - | 2 i 6 | 6 i 6 i | 6 i6 5 | 5· 6 |
你的 翅 膀， 请 飞 到 海底 龙王 那 里 去，(呀)

4 5 4 2 | 5 5. | 5 6 5 4 6 | 5 - | 5 - |

请 来 龙 兵 龙 兵。 （啰）

1 3 2 3 2 | 2. 3 | 1 2 1 6 | 2 2. | 2 2 1 6 |

我是被 那 奸 商 杀 害，

1 - | 2 1 6 | 6 1 1 6 1 | 5 - | 5. 6 |

（啰） 我 是 龙 的 金 童 子

4 5 4 2 | 5 5. | 6 6 4 6 | 5 - | 5 0 ‖

金 童 子 童 子。

另一种上下句结构的曲调，其下句句尾也是由同音各占一拍结束。如《朗孜、罗珠罗桑》，节拍为 $\frac{2}{4}$ 拍，唱腔旋律非常规整，上句唱腔落“2”音，下句落“3”音，唱腔下句均以3 3 0 | 结束。例如：

朗孜·罗珠罗桑

次白姆演唱
马兴无记谱

$\frac{2}{4}$ 3 5 1 6 6 | 6 5 5 3 2 | 5 3 5 6 5 5 5 3 | 3 3 0 | 5 5 1 1 6 |

美丽姑娘 呀 请你听我 言，日出我来 朗 孜 庄 园， 日落我将 要

6 5 5 3 2 | 5 3 5 6 5 5 5 3 | 3 3 0 | 3 5 1 6 6 | 6 5 5 3 2 |

走向远 方。 今日相见 我 们有缘 分，（呀） 我心里 有 话儿千 万，

5 3 5 6 5 5 5 3 | 3 3 0 | 5 5 1 1 6 | 6 5 5 3 2 | 5 3 5 6 5 5 5 3 | 3 3 0 ‖

咱们见面 才能说给 你。（呀） 还有我心 中 那棵幼 苗， 等着你我 一起来浇 灌。（呀）

尚有一种唱腔旋律多切分节奏，并起于切分音，结束于切分音的。如“当巴格曲普赤》，节拍为 $\frac{2}{4}$ 拍，唱腔为上下句体，唱腔上句落“2”音，下句落“1”音。唱腔起于切分音，止于切分音。例如：

当巴格曲普赤

阿　洛演唱记谱
索　次译　词

2/4 5 5. | 5 65 3 2 | 61 2 1 | 2 35 232 | 1 1. ‖

玛吉 日苏 苏吉 阿 佳， 来 波 呀 拉 吉 娃。
贡摆 加觉 拉 得 那， 当 巴 格 曲 普 赤。
列波 结觉 拉 得 那， 格 曲 普 赤 玛 日。

唱词大意：

山脚下的大姐，背着筐的大姐。
观其走路的样子，好像是那格曲普赤。
但细看那背筐的样子，又不像是格曲普赤。

又如：

三　姐　妹

卓　嘎演唱
马兴无记谱
扎西次旦译词

1＝D

中速

2/4 i i. i | i i. 0 |: 35 23 | i 6 5 | i i. i | i i. 0 :‖

丁铃 丁铃 杰布 贡康 桑尼 都 丁铃 丁铃。

唱词大意：

国王好，国王安康，愿国王安康。

到了该需要的时候

卓　嘎演唱
马兴无记谱

23.21. ii7 | 67.65. 55. | 23.21. ii7 | 67.65. 55. |

卓玛 其日 其才 普 米 确， 卓玛 其日 其才 普 米 确，
卓玛 琼日 琼才 达 让 四。 卓玛 琼日 琼才 达 让 四。
米欣 其日 其才 普 米 布， 米欣 其日 其才 普 米 布，
米欣 琼日 琼才 达 让 布。 米欣 琼日 琼才 达 让 布。

23.21. ii7 | 67.65. 55. | 23.21. ii7 | 67.65. 55. ‖

卓玛 其日 其才 普 米 确， 卓玛 其日 其才 普 米 确，
卓玛 琼日 琼才 达 让 四。 卓玛 琼日 琼才 达 让 四。
米欣 其日 其才 普 米 布， 米欣 其日 其才 普 米 布，
米欣 琼日 琼才 达 让 布。 米欣 琼日 琼才 达 让 布。

唱词大意：

好吃的人参果，请你来尝，

不好吃的请留给我。

好烧的柴火给你烧，

不好烧的请留给我。

百音乐 “百”，藏文译音。意为“战”，即战歌或征战歌。是在古代藏族将士们出征前或胜利归来时所演唱的曲调基础上发展起来的。

百是一种载歌载舞的说唱艺术形式，整个演唱活动由三段组成。第一段是，士兵们在“翁则”（领唱者）带领下进行表演，唱词、唱腔均为四句，前两句的唱法是“翁则”领唱一句，士兵们以齐唱的方式重复一句，这样唱完前两句后，后两句为齐唱；第二段为，官兵都手持弓箭、刀矛、盾牌等兵器，大家边舞边唱，唱腔节奏缓慢，边唱边鸣枪；第三段为，唱着旋律比较平稳的曲调进行舞蹈。其特点是，曲调虽然平直，但从头至尾的演唱都铿锵有力。

其唱词有四句式和上下句式两种。其唱腔音乐因地区不同而各有特点。四句式唱词结构的如山南乃东县颇章乡的“百”：

这钢铁的盔甲像英雄的堡垒，

用不着向任何人请求保护，

我们大家要放心去战斗，

彻底消灭所有的仇敌。

这银色的头盔像阳光照射的雪山，

洁白的盔旗像英雄的战神，

我们大家要放心去战斗，

彻底消灭所有的仇敌。

这钢盔的衬帽像多色的彩虹，

金色的圆珠像歼敌的法宝，

我们大家要放心去战斗，

彻底消灭所有的仇敌。

背上的彩带像制敌的靠山，

端直的神箭就像晴天霹雳，

我们大家要放心去战斗，

彻底消灭所有的仇敌。

这硬的神弓像城堡的斗拱，

锐利的宝剑就像食肉饮血的猛虎，

我们大家要放心去战斗，

彻底消灭所有的仇敌。

这圆圆的盾牌像金刚岩石山，

用不着向任何人请求保护，

我们大家要放心去战斗，

彻底消灭所有的仇敌。

这铁青的战马像腾飞的青龙，

用不着向任何人请求保护，

我们大家要放心去战斗，

英勇顽强地消灭所有敌人。

唱词为上下句式的如：

空本唱：我们的战神是什么神？

众　唱：是那无敌不胜的战神之王哟。

空本唱：要烧什么香烟？

众　唱：要烧这种香柏树之烟哟。

空本唱：要献什么彩绸呀？

众　唱：要献这五色的彩绸哟。

空本唱：带来了什么神饮酒？

众　唱：白色青稞的陈酒哟。

烧起神香柏树烟，

斟满神饮的陈酒哟，

捧起五色的彩虹绸，

献给我们无敌不胜的战神之王。

引我们去消灭仇敌时，

神王战助我们当后盾。

宝剑插到“切马”中，

挥剑“切马”空中洒。

高呼叽叽唆唆唆！

求神给我们好运气，

胜利归来再唱“百”哟。

百的唱腔风格因地域不同而各异，总的区分可分为后藏与前藏两种。后藏百的唱腔音乐，其旋律多为五声羽调式，在“$\underset{\cdot}{6}$、1、2、3、5、6”音列中，“$\underset{\cdot}{6}$、2、3”三音占重要位

置。唱腔旋律起伏较大，比较开朗。如亚东地区的百：

亚 东 百

旺　多演唱
边　多记谱

1 = G

2/4 慢板

好（呀）实 在 好，（啰）今 年 今 日
在 此（啊）唱 起 百 实
在 好，（啰）（啊）唱
起 百 实 在 好。（啰）

南 木 林 百

拉　巴演唱
边　多记谱

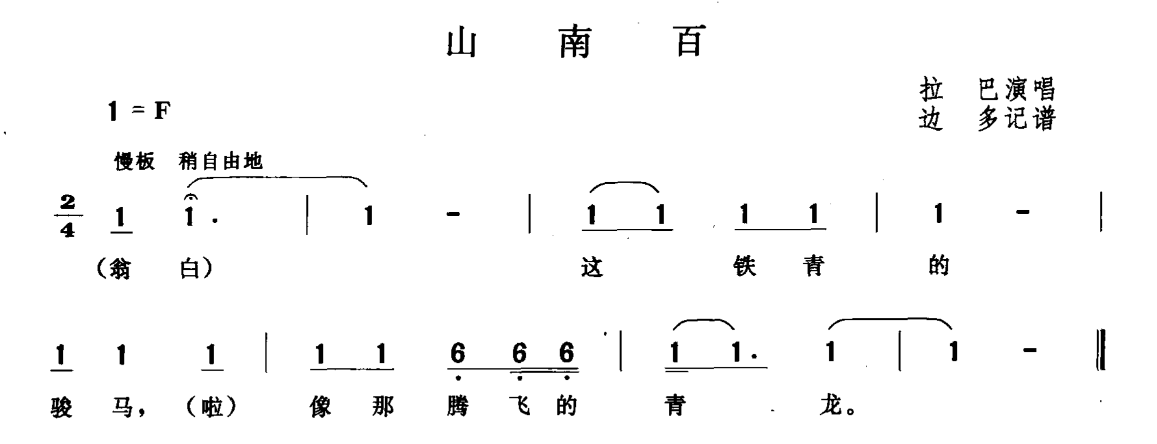
1 = G

2/4 慢板

这 钢 铁 的 盔 甲，
像 那 英 雄 的 堡 垒。用 不 着 向 任
何 人，请 求 要 为 我 们 保 护。

前藏地区百的唱腔音乐，在旋律上和演唱方法上，与后藏百的唱腔音乐有着极大的区别。在唱腔旋律上多为同音反复，有的曲调仅为一个“1”音的反复，在演唱时也是选用

了古代战场上的兵士们摇旗呐喊、冲向敌阵时发出的那种尖利嘶哑的声音。如山南地区的百：



也有一种前面用一个音的同音反复，然后用几个经过音转入另一个音的同音的反复。如以"3"音的同音反复开始，结束在"1"音的同音反复上。例如：

林　周　百

边　巴演唱
边　多记谱

1 = ♭E

慢速

(翁　白)　这　钢　铁　的　盔　甲，

像　那　英　雄　的　堡　垒。

前后藏两地人民自古有着密切的往来，文化交流从来没有停止过，为此有一些前后藏的民歌早已相互融合，而并无多大区别了。在百的唱腔中也可找到完全类似的情况。如前后藏都有一些旋律为"5̣、6̣、1、2、3、5"五声音阶宫调式，唱腔为上下句体，节拍为 $\frac{2}{4}$ 拍，唱腔上句落"2"音，下句落"1"音，结构简单，具有古老藏族歌曲纯朴、爽朗风格的唱腔曲调。这些曲调多用在士兵们真切地祈求天神和战神格萨尔王保佑的时候。例如：

山　南　百

阿旺尼玛演唱
边　　多记谱

1 = G

慢速

我　们　的　战　神　(啦)　是　(嘎　啦)



喇嘛玛尼唱本有宗教故事也有部分民间传说。其文体为散韵相间，早期，叙事用散文，独白、对话用韵文。十一至十三世纪时《格萨尔王传》的兴起，也影响到喇嘛玛尼，其后在叙述故事情节的时候也开始采用韵文。

〔皈依调〕:〔皈依调〕的唱词内容为“求救离一切久占苦难，怀有我意惟有不知之信心，祈诸上师三宝，荣受依靠”。其唱词以九字的上下句为主。其唱腔节拍自由，唱段开始、中间与结束的六字箴言的唱腔均为散唱，此外所有的唱腔都可划出节拍来，大致为每句唱词的唱腔为一小节，或四拍为一小节（即 $\frac{4}{4}$ 拍），或五拍为一小节（即 $\frac{5}{4}$ 拍），或在一小节后再加一个 $\frac{2}{4}$ 拍或 $\frac{3}{4}$ 拍的小节，以便装下唱词较多的句子。其唱腔每句基本上是一个音不不同节奏的同音反复，如最多的是“2”音不同节奏的同音反复。但为调剂旋律的起伏，常在其中加一个“5”音，加几个“4”音，或做下行的旋律发展。有时亦可改为“6”或“1”音等的同音反复。其中有一点是不变的，即每句唱腔的落音都落在同一音上。其节奏型以八分音为主，常见加切分音、十六分音、三连音等增强旋律的变化。曲调保持了浓重的诵经风格。例如：

皈 依 三 宝

1＝E　　（祥说喇嘛）

旺曲杰布演唱
仁　青记谱
扎西次仁翻译

♩＝60

唵　　　嘛

转1＝♭E（前♯2＝后♯2）

（阿）　　呢　（呀）

转1＝E（前♭1＝后♮1）

叭　　　咪（呀）

吽（阿）　什，（呀）　　♩＝85　杰伦　党巴　喇嘛　纳拉　　袈苏　其，

给楚　廓瓦　洽驹　帕马四坚　纳，苏梅　冬白　桑杰　托巴　洽，

归杨　蒋久　曲拉　四米　给，归杨　蒋久　曲拉　尹珠　归。觉　布　喇嘛　巩拉　桑杰　梅，

4/4 22 22 4 24 2 | 7 2. 22 22. 2 | 44. 72. 22. 2 |
给卓巩拉洽兴 梅，帕买 巩拉枕坚 梅，聶歪 巩拉 擦掌 梅，

转1＝F（前2＝后1）

3/4 22. 722 222 | 艹 7 22 2 5 5 3 2 3 2 1
辛吉 巩拉 赤热梅。索 借白 巩 拉

转1＝#F（前1＝后7）

61 1 1 1 22 5 5 3 3 21 | 61 1 – 2.3 5.5 3
迪巴 梅，唵嘛 嘛

322 2 5.5 4 4.4 1 | 1 – – 2.3 5.5 4
呢（呀） 叭

322 2 2.3 55 4 21. | 211 1 2 22 5 322 2 |
咪（呀） 吽（阿） 什。（呀）

♩＝84
5/4 72 22 22 22 2 | 4/4 55 22 2222 2 |
垠尼 丐吉 枕白 枕丹 来， 冬白 阿乃 白买达马 洽，

5/4 33 77 7 32 2 | 4/4 5 2. 222 2222 2 |
白嘎 日孜勇苏 给瓦 来， 吐吉 阿 堂 帕巴坚热 四，

5/4 2.5 52. 552 22 2 | 12 22 22 22 2 |
写吉 洽西 姑朵 嘎拉 孜，觉布 洽尼 吐嘎 太姆 甲。

52 2222 442 22 | 5/4 221 1 22 22 2 |
洽也 沃马日孜 钭陈 纳木， 洽云梅 朵 白嘎 郁瓦 堆，

25 222 52 22 2 | 4/4 #4422 22 22 2 |
钭祖 景襄 夏给 尹都 觉， 吾扎江罗 吐吐 给都 顶，

3/4 5 52 #4 42 ♮4 4 | 2/4 4 42 2 | 1 2 2 2 4 | 4 2 2 2226 |

吾祖 桑杰 襄瓦 他也 休，热尼迪达 赛歪吐 嘎乃，

サ 4421 7 7· 2 5 3 3· ⁞ 2 2 3 5 3 3 1 1 1 ⁞

白马嘎布 达珠 杰 巴 尹。

1 2 2 23 54 4 2 1· ⁞ 6 11 1 2 5 4 4 ⁞ 42 2 2 2·3 54 4 ⁞

唵 嘛 嘛 呢

2 1 1 ⁞ 1 - 2 3 5 5 4 4 ⁞ 2 5 44 21 1 1 1· 1 |

叭 咪 吽 什，

♩=88

5/4 2 2 2 1 6 1 1 1 1 1 | 1 42 1 1 1 1 4 1 1 |

萨西 波给就 兴梅 朵章 木，日热 林西 尼待 坚巴 迪，

6/4 2 2· 2 6 6 666 2 6 1 1 | 5/4 2 32 #1 1· #1 6· 6 6 6 |

桑杰 醒 了米 给迪布 瓦影，(呀) 珠归 纳梽 醒了 曲巴 休。

4/4 1 1 6 6 6 #4· 6 6 | #1 6· 6 1 6 6 1 6 5 |

纳巴达白 醒 了 曲 巴党， 尹 给 麦斋 桑布 迪布。(啰)

6/4 #1 4 3 1 6 6 6 6 6 6 | 4/4 5 6 6 6 6666 6 6 |

#1 1 6 66 6 6· 6 6 6 | 5/4 6 1 6 6 6 6 6 6 6 6 |

四巴 米珠 西瓦 米襄杨， 骧卡党 娘白 卓瓦 缀瓦 休，

6 5 5 3 6 6 6 6 6 | 4/4 #1 1· 6 6 1666 6 |

嘎党娘 白 四坚 卓瓦 次， 洽采 瓦党 曲兴谢巴 党，

♩=50

杰苏尹 琅归兴索瓦迪。格瓦 炯赛 达给吉萨巴， 他马杰 坐白

蒋曲 俄瓦， 就 （瓦）

转1 = B（前7 = 后6） ♩=56

甲 央 （阿） 追 白

♩=72

句， 白丹萨 迦巴 垦 诺， 唵 唵 嘛 呢

叭 咪 吽。

唱词大意：

唵嘛呢叭咪吽！
皈依君臣、圣人及上师！
保佑飘游轮回之众生。
一切有情超度无色界，
一切有情证觉菩提心，
一切有情皈依菩提道。
若无僧侣佛陀可曾有，
若无众生贪色可曾有。
若无父母恩人可曾有，
若无地狱寒炎可曾有，
若无阎王刑场可曾有，
若无杀生罪孽可曾有。
唵嘛呢叭咪吽！
自我瞬间生起意念时，
所见莲花丛中驰名者。
一尊四臂菩提观世音，
身色洁白双手合于心。
右手持慧宝珠拳乳前，
左手持朵白色莲花赞。
面带微笑赐福于心中，
乌发长辫悬挂如云飘。
首顶有尊无量无量光佛像，
如此显灵佛尊胸口处，
盛开一朵白色水莲花。
唵嘛呢叭咪吽！
大地处处花开散芳香，
环山四周日月照光辉。
这一所缘境界福田地，
是为一切众生供佛处，
以表虔诚供奉此净土。
献给心中最胜曼扎罗，
菩提道广别无有间隔。

一心虔诚修炼三世佛，
不知生死涅盘无自性。
愿求一切众生予超度，
如同佛语超度众生灵。
就要稽首忏悔恶作罪，
随喜修道虔心作祈祷。
若我所行点滴积德事，
只求善根转为菩提因。
愿文殊化身萨迦王，
赐予明鉴！
唵嘛呢叭咪吽！

〔玛尼调〕：〔玛尼调〕有两种，一种是专用于唱六字箴言的，唱腔旋律按“5 — 3 — 2 — 1”进行，结束在“1”音上。有时虽可按节拍记谱，呈 $\frac{2}{4}$ 拍、$\frac{3}{4}$ 拍的混合体，而实际上仍为散板节拍。例如：

嘛　尼　调

次仁曲宗演唱
仁　青记谱

♩=60

$\frac{2}{4}$ 5 - | $\frac{3}{4}$ 5 3 3 3 - | 3 6 5 2 0 | 3 5 3 3 2 2 1 1 - |
唵　嘛　呢

$\frac{2}{4}$ 2 3 5 6 5 | 5 3 3 | 5 2 3 5 3 | 2 3 1 1 | $\frac{3}{4}$ 2 2 1 1 1 1 1· ‖
叭　咪　吽　唵 嘛 呢　叭 咪 吽

另一种〔玛尼调〕是说唱正本书的说唱基本调，唱腔节拍为 $\frac{2}{4}$ 拍，也插用 $\frac{3}{4}$ 拍。唱腔旋律与唱六字箴言的〔玛尼调〕基本相同，每句唱腔大多落在“1”音上。其节奏感较强，极具叙述性，曲调古朴醇厚，深沉自然，具有浓郁的生活气息。例如：

玛　尼　调（说唱基本调）

《苏吉尼玛》

次仁曲宗演唱
仁　青记谱

$\frac{2}{4}$ 2 2· 3 5· | 6 6 3 3 3 5 3 3 | 3 5 3 3 3 2 2 | 3 5 5 2 3 2 2 1 |
唵　嘛 呢　叭 咪　吽　尊敬的国王　听 我 言，黄 铜 再 闪　光 发 亮

1 1· 1 | 2 2· 3 5· | $\frac{3}{4}$ 6 6 5 3 3· 3 2 2 | $\frac{2}{4}$ 3 5· 5 2· |
也 难　得　比 得　上　真　金。低贱的　善 人 啊　再 漂　亮，

3/4 1 1 1 1 1 1 | 2/4 2 1 2 1 | 3/4 2 1 1 1 1 1 ‖
国 王 你呀 万 万 不 能 娶。

吉祥的收尾曲调称〔吉祥颂〕。其唱腔在节拍处理上、基本旋律进行上均与〔玛尼调〕的说唱基本调相似，但在唱腔的同音反复中有了更多的变化音，节奏感更强烈，且有较多的转调。为进一步增强喜庆的气氛，在唱段结束时改为节奏感强烈的数唱，以充分发挥语言的力量。例如：

吉祥颂

1 = #F

次仁曲宗演唱
仁 青记谱

稍慢 ♩=58

欧姆 嘛 呢 叭 咪 吽。

是叶云 云 玛，(啊)欧 姆 桑杰 朗瓦 他耶 耶苏 觉悟 土其 勒布 唐，

云土 森巴 土其 唐，(朗 嘎) 唐拉 丹摆 强 斯吉，

怕美 古耶 古 德吉，欧查 巴都 美巴 衣， 德瓦 坚 西吉

恰 瓦衣 兴康 那， 达兴 地乃(朗 阿) 次波 曲玛 他(如)

姐瓦， 新 吉 米门 姐巴 如， 地如 冲巴 朗巴 洛堆乃，夏 地那

学巴 地杰 唐， 达 吉 美 朗(啊) 达 瓦(吉)依 宅 嘎，

般扎赤摆啊，（呀）伟大呀索瓦苏瓦，强曲森觉仁布吉，

突慢 ♩=44

玛杰帕美吉觉如，吉吉瓦朗把贡乃贡都培。喂扎西学

欧姆嘛呢叭咪吽。日呀恰那多吉，

森摆扎西学，洛乃仁青琼乃扎西学，努乃朗瓦宅耶扎西学，

羌乃顿玉珠摆扎西学，伟乃朗巴尔朗孜扎西学，

觉丹杰瓦日阿扎西学，俄依觉丹德吉，曲珠巴马巴康萨如，

妈依普头琼摆夏兴摆，曲琼松玛朗吉扎西学，曲琼曲唐杰金西，

藏日贡布拉索吧，贡布江斯果唐杰，曲琼朗吉扎西学，

白玛自曲喇嘛小摆丹，丹增（尼）吉伟萨空用了杰，

丹摆金塔阿唐觉瓦杰，丹巴运让乃摆扎西学。

帕唐措俄玛规摆，益西洛布巴桑兴，森摆让旺贡子摆，

桑把珠摆扎西学。欧嘛呢

♩=72 转1=♯G（前7=后6）

叭咪吽。斯曲来（果）格俄

查，朗瓦塔耶仪（洋）啰，

啰俄来果金（洋）喏（洋）啰，

转1=♯A（前6=后5）

脱杰（哑）勤布金洋喏，

珠巴古金（洋）(洋）啰，叭吽琼来

金（洋）啰，欧（如）坚康卓

岭玉，拉吉瓦连巴

学吉，桑杰古松娘撰金洛唐，

X X X X X X X X X | X X X X X X X X X | $\frac{5}{4}$ X X X X X X X X X X | $\frac{2}{4}$ X 0 ‖

曲尼米曲丹摆金洛得，吉顿米其待摆金洛吉， 欧瓦门朗唐杰周苏珠巴 学。

唱词大意：

唵嘛呢叭咪吽！
左有一尊佛陀无量光，
右有一尊菩萨悲观音。
左右一尊思善慈悲佛，
均具佛恩众生父母像。
无比安乐美妙福田处，
自他一旦由此寿终时。
祈求来世受生福田处，
殊胜大宝菩提慈悲佛。
祈求一切受生众有情，
都能不断定趋色界处。
祝吉祥！
唵嘛呢叭咪吽！
祝手持金刚心吉祥，
祝南方宝生佛吉祥，
祝西方无量光佛吉祥，
祝北方不空如来吉祥，
祝中部明照佛吉祥，
祝世尊大日如来吉祥，
祝世尊跟前修行者吉祥，
祝慈母般护法神吉祥，
祝一切护法本尊吉祥。
稳固上师喇嘛莲花足，
持法众生遍及大地上。
佛法施主人才俱兴旺，
佛法住世长久祝吉祥。
不分主次如同如意树，
圆满全部心愿祝吉祥。
唵嘛呢叭咪吽！
佛法缘分最稀奇，
谨祈明照佛明鉴，
谨祈大慈佛明鉴，
谨祈莲花生明鉴，
祈求受生于邬仗空行洲。
佛陀身语同等加持力，
法胜不变圣谛加持力，
僧众不变虔诚加持力，
谨祈三宝身语意威力，
一切发愿回向得圆满。

古尔鲁音乐 古尔鲁音乐是在藏族民间流传的民歌古尔鲁与宫廷歌曲的古尔鲁基础上发展起来的。

早期民间歌曲的古尔鲁是藏民祭祀天神、祈求帮助唱的歌，后渐渐延伸到将士出征、婚庆吉日、民俗节日演唱的歌。歌词都是赞颂天神、祈求平安的内容。敦煌石窟藏文遗书中，就有用古藏文记录下来的二世纪到六世纪的民歌。根据至七、八世纪藏文遗书中方有了宫廷“做歌作乐”的记载看，民歌古尔鲁到这个时候才进入宫廷。《五部遗教·国王篇》记有一首长歌，唱出的歌名就有二十七种，如国王唱的〔玉殿金座吉祥歌〕、大王子唱的〔世间救度母〕、二王子唱的〔雄师显威风〕等。已知的用古尔鲁唱佛教故事以弘扬佛法，是十五世纪葛举派高僧藏年黑如嘎所编写的《米拉日巴古尔》，此后有许多高僧大德撰写过各种各样的古尔鲁故事。与宫廷古尔鲁发展的同时，民间的古尔鲁演唱一直在发展着。

古尔鲁音乐属谐体民歌，唱腔结构多为四句、六句体，有五声音阶徵调式、五声音阶商调式等多种变化。总的说来，古尔鲁唱腔旋律流畅、抒情，节拍规整，唱腔的下句多以弱拍顿音结束。如热穷巴的古尔鲁，唱腔为六句体，节拍为 $\frac{2}{4}$ 拍，六句唱腔落音分别为“5、5、2、5、2、5”。例如：

愿　吉　祥

多　吉演唱
仁　青记谱
索　次译配

$\frac{2}{4}$ ♩=60

向着恩师作祈祷，

我作传承有两宝，不分亲疏吉祥。

深奥秘诀之捷道，切莫迷途

愿吉祥。生死流传，流传

鬼神奢望贪求 天界人界垒环

式，祝愿圆满具吉祥。

愿得吉祥，愿得吉祥 愿吉祥。

但一些专用于颂扬金刚菩萨、格萨尔王，降妖求吉的古尔鲁，其唱腔旋律较为平直，多单音的延长音，而气势则较宏伟，是继承了宫廷古尔鲁音乐的影响。例如：

古 尔 鲁

多 吉演唱
仁 青记谱
扎西次旦译词

♩=60

4/4 1 1· 1 1· | 2 - 1 - | 3 3· 2 - | 2 - 2 - |
拿莫 古如 嗜， 洽达 旺 曲

3 - 3 - | 2 - 3 - | 1 - 1 - | 6 2 - 3 2 |
萨 梅， 多 吉， 羌

2 - 3 - | 1 - 2 - | 2 - 3 - | 3 - 2 - |
萨 梅 迪， 歪 多 吉，

3 - 2 - | 1 - 1 - | 3 - 2 - | 3 - 1 - |
乃 觉 玛， 索 瓦

2 - 2 0 | 3 - 3 - | 2 - 3 - | 2 - 2 - |
待 嗦， 土 吉 坚 给，

6 1 - 3 | 3 - 2 - | 3 - 1 - | 1 - 1 - |
思 哦， 啊热 把 咋，

3 - 3 - | 2 - 3 - | 2 - 2 0 ‖
嗦 在 土 吉 思。

唱词大意：

祷告大自在天，永不落的金刚菩萨，

保佑大自在天，大慈大悲的文殊菩萨的化身——格萨尔王，

愿菩萨拯救人间灾难，降妖成吉。

扎年弹唱音乐　扎年是藏族古老的弹拨乐器，可独奏、伴奏，也可弹着扎年边唱、边舞、边说。扎年弹唱音乐就是在弹唱扎年的歌舞音乐中脱胎出来的。

在大昭寺壁画中，有一千三百年前藏王松赞干布十善法典宏伟庆祝场面的画面，在歌舞、竞技场面中，就绘有三把扎年弹奏的情形。这种古老的乐器在漫长的发展过程中，已发展有六弦、八弦、十六弦、二十弦等多种，其中以六弦最为普遍。

扎年琴身长约一米，有六个旋钮，弹奏部大如人头，包有羊皮及鞍子。携带方便，艺人可走到哪儿背到哪儿，常是席地而坐抱着琴就唱。因扎年琴音色柔和悦耳，故由西藏上部阿里三卫到中部地区的后藏，山南、拉萨、林芝地曲以及下部的安多地区都有流传。扎年弹唱的音乐主要源自西藏各地的民歌，曲调流畅、节奏鲜明、清新悦耳、雅俗共赏，故无论是智者还是愚者，是男是女，对一切人来说都是最美最得体的音乐。

用扎年弹唱形式唱故事，最早的是拉萨民族艺术团演唱的《爷爷和孙孙》和《格萨尔王传·门岭之战》中的片断。后来又创作演出了《退休老人的心愿》等，并有了一人弹唱、多人弹唱、众男弹唱、众女弹唱等不同的表演形式。如《格萨尔王传·霍尔岭之战》就是八个弹奏扎年的演员演唱的，八个演员分别代表八个岭国英雄人物，演员手中的扎年既是乐器又代表着勇士手中的武器。

《爷爷和孙孙》唱腔节拍为 $\frac{2}{4}$ 拍，曲目的唱腔由三段构成，前两段唱腔为四句体，四句唱腔的落音分别为"5、1、6、1"。第三段为上下句结构，上句唱腔落"3"音，下句落"6"音。三段唱腔的结尾均有"拉里美色马里涛"的衬腔句。唱腔旋律流畅活泼，宜边唱、边表演、边舞蹈。例如：

爷爷和孙孙

1＝D

徐官珠词
班登达瓦曲

乐观地

2/4 (2 2 1 | 2 2 2 2 1 | 2 2 2 2 1 | 5 6 4 5 6 4 5 | 2 4 6 |

3/4 5 5 5 5 5 4 | 2/4 5 6 5 5 0 | 6 6 5 3 | 2 3 2 3 1 2 | 3/4 6 6 6 6 6 0 |

2/4 6 6 6 6 0 | 2 3 1 2 3 1 | 2 5 4 6 | 5 2 3 2 0 ‖: 2 6 1 2 5 6 |

3 5 2 3 1 6 1 | 3/4 2 3 1 2 6 1) | 2/4 2 2 3 1 1 | 2 2 3 1 | 6 6 5 2 3 |

格桑　花开　好时　光，好　时

如今　人人　心花　放，心　花

5 - | 5 - | 5 i 6 5 | 2353 2 0 | 3 3212 |

光，　　　治穷致富心欢畅，心欢

放，　　　好似骏马添翅膀，添翅

1 - | 1 - | 2 3 5 | 6 2 | 2 i 6 5 |

畅。　　　你的阿爸和阿

膀。　　　你的阿爸和阿

6 - | 5 i 6 5 | 6 65 3 1 | 2· 3 | 6 6 212 |

妈，争分夺秒奋发图强，奋发图

妈，星期天把业余大学上，大学

1· (35 | 21 66 | 1 0) ‖)0(|

强。（拉里美色马里涛）　（三人白）我的小北西，我的小格

上。（拉里美色马里涛）　笑了　笑了

‖: 3/4 16 2312 66 :‖ 2/4 61 35 | 3/4 5323 2 22 | 222 2 22 |

2/4 352 3523 | 1212 16 | 352 3523 | 1212 10) |

(5 - |

1 23 | 12 1 | 06 12 | 4 6 | 5 - |

你看那山在笑，你听那水在唱，

你看那花在笑，你听那鸟在唱，

5656 55 | 5656 50)

5 - | 0 0 | i 65 | 4 - | (5645 44 |

你看那

你看那

5645 4) | 55 i2 | ii 64 | 5 0 | 35 212 |

图画上的阿姨在笑，叔叔在

图画上的奶奶在笑，爷爷在

渐快

1 0 ‖ 2 i 3 | 3 2 i | 6 5 i | 6 - |

唱， 我 的 孙 孙 别 嚷 嚷，

唱。 我 的 孙 孙 真 听 话，

5 i 6 5 | 2353 2 | 3 0 3212 | 1 - | (2 6 2 6 |

爷 爷 给 你 吃 糖 糖， 吃 糖 糖。 （我家的小宝贝）

爷 爷 给 你 吃 糖 糖， 吃 糖 糖。 （等你长这么高）

2323 2 6 | 2 6 2 6 | 2323 2 0) | 3. 5 | 6 i 3 3 |

为 啥 今 天

你 拉 爷 爷

i 6525 | 3 - | i 3 2 i | 6i65 3 5 | 6. (i 2 |

我 带 你， 你 听 爷 爷 把 话 讲。 （拉 里

去 游 行， 欢 呼 四 化 放 光 芒。 （阿 拉

3 i 2 6 6 | 6 0 :‖

笑 色 马 里 涛） （白）我的小宝贝 唉！ 你们看，爸爸妈妈放学回来了！

我 的 小 宝 贝） （过门声中跳下）

《扎年扎西杰布》是另一种类型的音乐，唱腔虽以 $\frac{2}{4}$ 拍为主，但开始的一句为散唱，且每句唱腔多落“6”音，仅在结束时落在“2”音上。唱腔旋律较为平直，曲调略带一些感伤。例如：

扎年扎西杰布

1 = B

阿旺洛珠 米玛龙日 拉巴次仁
次仁桑杰 班登达瓦 演唱
阿 洛记谱
索 次配译

サ 6 - 2 32 1 - 1 2 ⁝ 1 1. 5 6 2 - | 32123 3 3 ⁝

呀 莱 嘎 萨 呀 拉 曲

1 6 6 - 3 0 ⁝ 6 - 1 - 1 2 ⁝ 1 1.

乃 勇 瓦 拉， 呀 莱 给 萨

5 6 2 - | 32123 3 3 1 6· | 2/4 6 6 0 | (6·2 6·6 |

呀拉迪 如 赖松，

6·6 6·6) | 6 2 3 2 | 1 - | 1· 2 | 1·2 3 3 |

呀 莱， 梅朵嘎布

3/4 1·3 2·1 2 2· | 2/4 1 6· | 5 6 | 232 6 | 6·2 1·1 |

岗日孜拉夏尔越， 拉 呀 莱， 阿危三巴

6·1 6·5 | 3 0 | 5 6 1 2 | 6·2 1·1 | 2·3 2 |

岗日莱 嘎瓦， 越 拉 阿危三巴 岗日莱

1 6· | 6 1 6 1 | 6 6 | 6 0 | (6 0 | 6 0 |

嘎瓦 越 拉，

6 6 | 6 0 | 0 6 0 6 | 0 6 6) | 1·2 4 2 | 4 4· 2·4 |

呀 色纳 索朗 呀卓

4 1·2 | 6 1 | 1·2 6·6 | 6 0 | 1·2 4 2 | 4 4· 2·4 |

拉， 迪莱 给巴拉 麦 拉 色纳 格巴 牙卓

4 2 4 | 6 1 | 2 2·1 | 1 6 1 | 6 6 | 6 0 |

拉， 迪莱 给巴拉 麦 拉 拉。

|: (6·2 6·6 | 6·6 6·6) | 1 1· 2 | 3 - | 3· 2 |

拉巴吉 索

1 1· 2·1 | 2 3 2 1·6 | 6 0 | 1 1·6 | 5 5· 6 |

扎年拉 拉都克尔 乃拉 拉巴吉

2 1 | 3 3· 2 2· | 1 1· 1· 6 | 6 - | 1· 1 1· 6 | 5 5· 6 |
索 念波 拉索 鲁阳 吉 兰 越 拉 拉巴 吉

2 1 | 3 3· 2 2· | 1 1· 1· 6 | 6 - | 6 - | 6 6 :|
索， 念 波 拉 索 鲁 阳 吉 兰。 拉 拉

稍快

|: 2 2 2 2 | 1 2 3 5 3 1 | 2 3 1 2 6 6 | 1 2 3 1 2 | 2 2 0 :|
索 扎年扎西 杰 布，阿爸帮拉 学 当 阿爸帮拉 学 当 拉。

唱词大意：

甲唱：莫说扎年扎西杰布没有父亲，

众答：白每松木是他的父亲。

乙唱：莫说扎年扎西杰布没有母亲，

众答：绛柴梨木就是他的母亲。

甲唱：今天在他的生日之际，

让我们老汉们唱唱他吧。

众答：对！

甲唱：手握着扎年，

请看扎年的琴头。

请看这扎年的正面，

请看这扎年的背面。

这扎年的琴弦，

请看扎年的马鞍。

弹唱的人唱起了一曲悠扬的歌，

是同一只枭雄的翅毛，

同一个莲花池里的莲花，

犹如乌龟的胸膛，

是同一内地的丝线，

马鞍犹如那同一座峨眉山，

我认真地思索了一回。

众答：扎年扎西杰布，请回到父亲的怀抱，

扎年扎西杰布，请回到母亲的怀抱，

让我们共唱一曲吉祥的歌，

使他安然无恙地回到那可爱的故乡。

扎年弹唱音乐因流行地域的不同、曲目的不同而有所区别。《好地方》是赞美圣城拉萨的短篇曲目。唱腔为上下句体，$\frac{2}{4}$ 拍。上句唱腔落“3”音，下句落“1”音。下句唱腔后有“啦巴吉索”的衬腔，而后将下句唱腔重唱一遍，曲调活泼欢快。例如：

好 地 方

1 = G

阿　达演唱
次　仁记谱

中速

$\frac{2}{4}$ (6 i 2 6 6 | 6 6 6 6 | 6 i 2 6 6 | 6 6 6 6) |

6·5 67 | 5 5· | 5·i 65 | 3 3· | 6·7 56 |

1.乃 拉 桑 布 玛 恰 桑 布 吉 恰， 乃 拉 桑 布
2.乃 仓 朗 拉 学 百 贡 尼 措， 欧 罗 得 拉
3.欧 罗 得 拉 乃 谐 玛 仪 那， 乃 仓 贡 尼

3 3· | 5·5 32 | 1 - | 2·3 6 | 5 - |

曲 廊 拉 涉 恰， （啦 巴 吉 索）
乃 谐 贡 诺 朗， （啦 巴 吉 索）
引 百 顿 果 美， （啦 巴 吉 索）

5·i 65 | 3 3· | 5·5 32 | 1 - ‖

乃 拉 桑 布 曲 廊 拉 涉 吉 恰。
欧 罗 得 拉 乃 谐 贡 诺 吉 朗。
乃 仓 贡 尼 引 百 顿 果 吉 美。

唱词大意：

形成圣地的地方，是那美丽的拉萨城。
住在神庙里的主持长老们，
请你们告诉我，这神庙的来历。

贡布的扎年弹唱《阿嘎卓巴》唱腔上下句都落在“6”音上。上句唱腔后有“哑拉斯那”的衬腔，下句唱腔后有“啊哈郁拉”的衬腔。曲调也是活泼欢快。用同样曲调演唱的还有《美丽的贡布》，与《阿嘎卓巴》相较，仅上下句唱腔后衬腔的衬词不同。类似的曲目还有《欢庆新生》等。例如：

阿 嘎 卓 巴

1 = ♭B

索 朗演唱
多 次记谱

中速

2/4 (6i2 66 | 66 66 | 6i2 66 | 66 66) | 2·i 6·i |

达 吉 女 那

2 2· | 2 - | 5 3· | 3·2 i6 | 6·i 25 |

达 那， 丁 嘎 女 拉 达 那 丁 嘎

3̇. 2̇ 2̇ i̇ | 2̇. i̇ i̇ 6 | 6 - | 2̇ - | 3̇. 2̇ i̇ 6 | 6. i̇ 3̇ 5̇ |
女 心 百 拉 吉 霞，（哑 拉 斯 那）达 那 丁 嘎

3̇. 2̇ i̇ 3̇ | 2̇. i̇ i̇ 6 | 6 - | i̇. 6 6 | 6 6 ‖
女 心 百 拉 吉 霞。（啊 哈 郁 拉）

唱词大意：

你要骑骏马，就请骑那黑骏马，

但可别忘了黑马白蹄。

美丽的贡布

1 = ♭B

阿达洛珠演唱
白 曲记谱

2/4 中速
(6i̇ 2̇ 6 i̇ 6 | 6 i̇ 6 6 i̇ 6 | 6i̇ 2̇ 6 i̇ 6 | 6 i̇ 6 6 i̇ 6) | 2̇. i̇ 6. i̇ |
格 桑 哑 卓

2̇ 2̇. | 2̇ - | 5̇ 3̇. | 3̇. 2̇ i̇ 6 | 6. i̇ 2̇ 5̇ | 3̇. 2̇ 2̇ i̇ |
啦， 我 们 来 自 东 方 美 丽 的 仙 境

2̇. i̇ i̇ 6 | 6 - | 2̇ - | 3̇. 2̇ i̇ 6 | 6. i̇ 3̇ 5̇ |
贡 布 地 方，（嗦） 披 着 吉 祥 的

3̇. 2̇ i̇ 3̇ | 2̇. i̇ i̇ 6 | 6 - | 6 i̇. 6 | 6 6 | 6 0 0 ‖
彩 虹 来 拉 萨。 （阿 啦 巴 扎 哑）

后藏的扎年弹唱唱腔为上下句体，唱腔上句落“2”音，下句落“6”音。曲调同样欢快活泼。例如：

我的故乡

1 = ♭B

次 旺演唱
仁 青记谱

2/4 慢
(6̣ 6̣ 6̣ 6̣ | 6̣ 6̣ 2 1 2 | 3. 5 3434 | 2 22 6̣ 22 | 2 22 6̣ 22 |

6 6 1 2 2 | 3 4 3 4 3 2 | 1 2 2 6 5 | 1 1 1 2 2 | 3 4 3 2 3 3 |

1 2 2 6 5 | 6 22 6 22 | 6 22 6 | 6 22 6 22 | 6 22 6) |

6 6 6 | 5 6· 2 | 3· 5 3 2 3 | (2 22 2 22) 2 - |

日拉 得 日来 日曲 亚 嘎 拉，

(2 22 2 22) 2 - | 6 1· 2 | 3· 5 3· 2 | 1 2 6 5 |

岗拉 日 嘎 波 依 日

6· 2 | 3 2 3 | 1· 2 6 5 | (6 22 6 22) 6 - | (6 22 6 22) 6 - ‖

日 曲 嘎 波 东 唐 拉 扎 琼。

唱词大意：

你可知道这终年积雪的山峰，
就是那雄伟的岗底斯山。

尚有一种唱腔上句落“6”音，下句落“1”音的曲调。例如：

吉 祥

阿达洛旦演唱
次　仁记谱
索　次译词

1 = D

中速

2/4 (6 1 2 56 6 | 56 5 3 2 3 | 67 6 6 6 | 5 3 2 1· 2 | 3432 16 6 |

1 44 1 44 | 1 44 1) | 6 1 2 5· 6 | (56 5 56 5) 5 - | (56 5 56 5) 5 - | 5· 6 i |

扎 拉 西 巴 啰， 尼 玛 拉
扎 拉 西 巴 啰， 兴 拉 卡

6 5 6 5 | 3 2 1 | 6 - | 6 5 3 5 | 1 2 3 5 · 6 | 5 3 2 3 |

霞　吉　觉　乃　霞，　扎　拉　西　巴　啰，

得　以　登　都　拉，　扎　拉　西　巴　啰，

6 6 6 | 5 3 2 1 · 2 | 3 2 3 1 · 6 | 1 - | 1 5 | 6 1 2 5 · 6 |

萨　习　拉　佣　苏　拉　照　吉　了　旦，　扎　拉　西　巴

你　梅　巴　洛　扎　曲　的　扎　玉，　扎　拉　西　巴

5 3 2 3 | 6 6 6 | 5 3 2 1 · 2 | 3 2 3 1 1 6 | 1 - | 1 5 ‖

啰　萨　西　佣　苏　拉　照　吉　拉　旦。

啰　你　梅　巴　洛　曲　扎　的　扎　玉。

唱词大意：

吉祥的太阳从东方升起，

照得大地吉祥春暖花开。

吉祥的小伙子们胸如田野，

吉祥田野麦浪滚滚，

吉祥丰收在望。

折嘎音乐　“折嘎”藏语意为吉祥的祝愿，是从为求部落安宁、族人吉祥的“驱邪镇魔”祭祀仪式中分离出来的。折嘎的歌唱具有念唱特征，受民间流行的似诵似唱的“堆巴谐巴”（即赞词和祝诵）影响很大。

折嘎艺人以口齿伶俐著称，见到什么说什么、唱什么，并伴以生动、诙谐、活泼的表演，以善说唱吉祥的祝词扬名。唱词多为七言上下句式，每个唱段的句数不定，常将数十句乃至上百句吉祥祝词滔滔诵唱出来，吐字清晰，一气呵成，以显其伶俐的口齿。其唱腔有两种：一种是有旋律的诵唱，曲调变化较少，唱腔的音域一般在八度以内；另一种为无旋律，有音高、节奏的诵唱，其特点是突出地展现了藏语语音声调的韵律美。

折嘎艺人演唱正段前，先要对自己的面具、木棍、木碗等进行解说性的说唱，持扎年琴说唱的艺人则要说唱扎年琴。如双人折嘎《吉祥的祝词》开始就有：

这“扎年扎西杰布”，

上身是用白梅松木，

下身是用绿杜鹃木，

中间是用绛紫梨木，

是用柏树来制成，

是用松木来制成。

它是一个无价宝，

幸福歌儿由它弹。

折嘎艺人演唱正段的唱腔特点是：唱腔为上下句体，节拍大都为$\frac{2}{4}$拍。唱词在曲调中相对比较密集，属词情多而声情少的一种。曲调有的上句唱腔落“2”音，下句落“$\underset{\cdot}{6}$”音，例如：

吉祥的祝词（曲一）

扎把次仁演唱
阿旺洛珠记谱
索　次译配

$\frac{2}{4}$ (23 12 | 6̣6̣ 6̣0) |: 6̣1 33 | 22 20 | 23 12 | 6̣6̣ 6̣0 :|

喜看 今日 天空，（嘿） 繁星 欢聚 一起。（嘿）
喜看 今日 大地，（嘿） 福星 汇集 一起。（嘿）
农业 牧业 丰收，（嘿） 处处 繁荣 兴旺。（嘿）
生活 蒸蒸 日上，（嘿） 幸福 阳光 普照。（嘿）

有的上句唱腔落“5”音，下句落“2”音，下句唱词要唱一个重句，唱腔结束在“$\underset{\cdot}{6}$”音上，例如：

吉祥的祝词（曲二）

扎把次仁演唱
阿旺洛珠记谱
索　次译配

|: 55 5i̇ | 65 5 | 45 42 | 22 20 | 12 16̣ | 6̣6̣ 0 :|

右边 挂的 银须，（嘿） 象征 皑皑 雪峰，（嘿） 象征 皑皑 雪峰。
左边 插的 黑须，（嘿） 象征 山川 壮丽，（嘿） 象征 山川 壮丽。
额上 日月 标记，（嘿） 象征 太阳 光辉，（嘿） 象征 太阳 光辉。
鼻尖 镶的 珍珠，（嘿） 象征 折嘎 特色，（嘿） 象征 折嘎 特色。

也有上下句唱腔都落“5”音的。例如：

吉祥的祝词（曲三）

扎把次仁演唱
阿旺洛珠记谱
索　次译配

2/4 i i 6 5 | 5 5 5 | 5 i 6 5 | 5 5 5 0 |

粮 食 堆 满 库 房，（嘿） 余 款 存 入 银 行。（嘿）
离 开 富 裕 农 村，（嘿） 来 到 美 丽 牧 区。（嘿）
牧 民 穿 上 新 装，（嘿） 饰 品 闪 闪 发 光。（嘿）
折 嘎 倍 加 吉 祥，（嘿） 放 声 称 道 赞 颂。（嘿）

i i 6 5 | 5 5 5 | 5 5 5 2 4 | 5 5 5 0 ‖

新 的 藏 式 桌 上，（嘿） 摆 着 “杂 亚” 木 碗。（嘿）
草 原 辽 阔 无 边，（嘿） 牛 羊 膘 肥 体 壮。（嘿）
个 个 朝 气 蓬 勃，（嘿） 生 活 蒸 蒸 日 上。（嘿）
折 嘎 心 情 激 动，（嘿） 颂 歌 飞 向 远 方。（嘿）

山南曲松县的折嘎，记谱为 4/4 拍，唱腔的上下句均为一小节。上句唱腔落“2”音，下句落“6”音。句与句之间连接紧密，一气呵成。例如：

祝 福 吉 祥

拉　穷演唱
次　仁记谱

1＝C

♩＝132

4/4 1 1 1 3 3 1 2 2 | 2 3 1 6 1 6 6 6 | 1 1 3 3 1 2 2 |

今天 折嘎 所讲 的 全是 实情 无奈 张。请看 我们 张张 脸，

3 2 1 6 1 6 6 6 | 1 1 1 3 2 2 2 | 3 3 1 6 6 6 6 |

好像 月亮 圆又 圆。请看 我们 一双 眼 好像 星星 挂天 上。

1 1 3 3 1 2 2 | 2 3 1 6 6 6 6 | 1 1 3 1 2 3 2 |

请看 我们 身子 骨，好像 常青 松柏 样。我们 站在 地上 时，

3 2 3 3 1 6 6 | 1 1 1 3 2 2 2 | 3 3 1 1 6 6 6 |

好像 一面 旗子 扬。我们 坐在 垫子 上，好像 撑好 帐 房。

1 1 3 3 2 2 2 | 3 3 1 6 6 6 6 | 1 1 1 3 2 2 2 |

我们生活相当富，衣着非常来讲究。今天为了庆生日，

3 3 1 61 6 6 6 | 1 1 3 1 2 3 2 | 2 2 3 2 1 6 6 |

献上三点美理想。献上三件吉祥物，献上三大吉瑞相。

1 1 1 3 3 1 2 | 2 3 1 6 6 6 6 | 1 1 1 3 2 2 2 |

折嘎我们心怒放，唱首歌来献太阳，喜看家乡面貌新，

2 3 1 1 1 6 6 | 1 1 1 3 1 2 2 | 3 2 1 1 6 6 6 | 2 1 2 3· 2 2 2 |

赞美阳光照全藏。人民生活幸福，祝愿他们永吉祥。今天我们来祝贺，

3 2 1 1 6 6 6 | 1 1 2 3· 2 2 2 | 3 32 1 1 6 6· 6 |

人人高兴喜洋洋。我们举起美酒，表达美好理想。

1 1 1 3 2 2 2 | 3 32 3 3 1 6 6 | 1 1 3 3 1 2 2 |

说上吉祥话祝福，献上哈达唱上歌。吉祥吉祥永吉祥，

稍慢

2 3 1 6 6 6 6 | 1/4 X X | X X X | 2/4 X X X X | X X X 0 ‖

祝愿家乡更吉祥。（吉吉嗦嗦拉杰啰）

无旋律，有音高、节奏的唱腔，也是上下句体，但小节的划分通常是依照唱词句的长短，为此有$\frac{2}{4}$拍、$\frac{3}{4}$拍、$\frac{4}{4}$拍、$\frac{5}{4}$拍、$\frac{6}{4}$拍不等，其中也常见$\frac{1}{4}$拍，这$\frac{1}{4}$拍多为前一小节的附加拍。例如：

话 吉 祥

拉巴次仁演唱
仁　青记谱

慢速 ♩=44　　突然快速 ♩=152

3/4 (X X X· X | 4/4 X X X X X X X X X | X X X X X X X 0 | 3/4 X X X X X X |

XXX XX XXX | XX XX XX) | 2/4 XXX XX | 3/4 XX XX X |
扎撒西 结布 夏曲 拉玉 扎，

XX XX XXX | XX XX XX | XX XX XX | 4/4 XX XX XX XXX |
布炯 迪兴 吞汁党，曲布 西日 旦拜，纳巴 桑布 丕杰， 叫拉 四党 絮拜 拉哈哈，

XXX XX XX XX | 2/4 XXX XXX | 3/4 XX XX XX | 2/4 XXX XX |
拉我纳 格巴 桑党 米桑， 迪仁来 桑瓦党， 罗多 达拜 襄乃， 达罗来 雷巴，

3/4 XX XX XX | XX XX XXX | 1/4 XXX | 2/4 X X | 1/4 XXX | 2/4 XX XX |
米日 四炯 桑布，迪来 桑瓦 嘎拉玉， 桑布党 雷 布， 窄布尼 布炯 洒推，

3/4 (XX (击棍) 大大 大大 大) | 2/4 X XX | 4/4 XX XX XX XX | XX XX XX XXX |
迪 高党 窄嘎 三白，顿珠 阿党 窄珠 益西 平措，阿尼给

XX XX XX XX | 2/4 XXX XX | 3/4 XX XX XX | XXX XXX XX |
襄给 帕鱼 纳巴 桑布， 迪党布 通堆、 森拉 米嘎 瓦党，米给巴 嘎拉勇 四摆，

2/4 XX XXX | XX XXX | 5/4 XX XX XX XX X |
给摆 尼玛夏、 嘎歪 窄布大， 扎年 扎西 杰布 波巴 搅，

XX XX XX XX X | 2/4 XX XX | 3/4 XX. XX XX | 2/4 XX XXX |
窄句 嘎玛 民柱 给巴 四， 窄布 康桑 阿查 襄都 罗乃， 龙给 大布询、

XX XXX | 4/4 XX XX XX XX | 1/4 XXX | 4/4 XX XX XX XX |
龙麦 龙廓赤、 拉都 梅朵 陈瓦 克乃， 鱼给布 曲松 宗拉 来松 徐摆

2/4 XX X | XXX XX | 5/4 XX XX XX XX XXX |
拉哈 哈。 拉沃纳 迪仁、 曲松 宗拉 米措 芒兴 尹旺吹，

米纳给 四腕拉 嘎顿给， 丹这 日杨 松给、 冲赛（给）再国

日杨 松给， 扎西给 尼玛、 日杨 松给 徐摆 拉哈哈。

拉沃纳 迪乃， 窄嘎布 桑摆 顿珠 阿尹，姑碎 达达 兰松到，

给巴 纳纳 兰松节， 索巴 珠珠 兰松 珠乃 丹这 迎 徐摆 拉哈哈。

拉沃纳， 洽曲 堆苏 爸爸 丹这党，米乃当 曲乃 梅摆 丹这，

马党 母给 梅摆 丹这， 咱纳 曲 宗摆 丹这，布康拉 德吉 宗摆 丹这，

曲日 夏西 呀摆 丹这， 罗多 吉这 勇歪 丹这， 迎 徐摆 拉哈哈。

拉沃纳迪乃、窄嘎阿尹， 岗日给 岗拉沁乃 岗嘎布尹拉 句瓦梅摆丹这，当

米古 岗来 嘎瓦 堆句 勇歪 丹这， 丹这给 尼巴 扎给 待拉 沁乃

扎马布拉 句瓦 梅摆 丹这，当 米次 扎来 赤巴 堆句 勇歪 丹这， 丹这给 松巴

3/4 XX X XX XX | 4/4 XX XX XX XX | 2/4 XX X | 4/4 X X XX XX |
曲母（给）熊拉 沁乃 危母 曲拉 句瓦 梅摆 丹这，当 姑 次 曲来 仁瓦

1/4 XX | 3/4 X XX XXX | 4/4 XXX XX XX XX | XX XX X XXX |
丹这，迎 徐摆 拉哈哈，拉沃纳 迪乃 窄嘎 阿尹，扎西 迎徐 摆 拉哈哈。

5/4 XXX XX XX XX X | XX XX XX XX X |
拉布琼 达杰 勇歪 扎西 雪，党给 杨达 曲句 再曲 我，

4/4 XX XX XX XX | 5/4 XXX XX XX XX X |
其尹 龙布 纳罗 萨都，随赛给 宗摆 努日 吉尼 给，

4/4 XX XX XX XXX | 5/4 XX XX XX XXX X |
嘎吉 摆了 宗摆 珍吉都，吉措 仁路 拉鲁 桑布拉 丹，

‖: XX XX XX XX X | XX XX XX XX X :‖
兴早 芒措 曲尼 桑巴 迪，羊白 岗炯 滚拉 扎巴 吉。
白党 祖珍 危桔 曲句 迪，甲瓦 朗卓 嘎珍 七乃 进。

6/4 XX XX XX XXX XX X | 5/4 XX XX XX XX X |
党给 羊达 四句 桑布拉 丹乃 炯，芒渗 吉尊 甲夏 祖淳 朗，

3/4 XX XX XX | 4/4 XX XX XX XXX | 2/4 XXX XX |
布琼 达杰 勇歪，扎西 休拉 徐摆 拉哈哈。拉沃纳 迪乃，

4/4 XXX XX XX X | 3/4 XX XX XX | XX XX XX |
窄 嘎 桑白 顿珠 曲，呀布 都羊 松给，勒布 都羊 松给

2/4 XXX XXX | 4/4 XX XX XX XX | 2/4 XXX XXX |
拉沃纳 窄嘎曲，达壤 嘎乃 勇摆 松给，拉沃纳 窄嘎布

3/4 X X X X X | X X X(3) X X X X | X X X(3) X X X X | X X X X X |

桑白 顿珠 阿，夏尼玛 夏给 曲乃 勇夏给，多吉 渗白 郭日 其乃 勇，

X X X(3) X X X X X(3) | 2/4 X X X(3) X X | 3/4 X X X X X | X X X(3) X X X X X(3) ∨|

尼玛党 罗尹 曲乃勇， 罗仁青 炯乃 郭日 青乃 勇，尼玛党 努给 曲乃勇，

1/4 X X X(3) | 2/4 X X X X | X X X | 3/4 X X X X X X X(3) | 2/4 X X X(3) X X |

怒襄瓦 他也 郭日 青乃 勇， 尼玛 江给 曲乃勇， 江顿玉 珠白

3/4 X X X X X ∨ | X X X(3) X X X X X(3) | X X X X X X X(3) |

郭日 青乃 勇， 尼玛党 危给 曲乃勇，歪给 纳巴 朗再给

X X X X X X | 2/4 X X X X X(3) | X X X(3) X X X(3) | X X X X X(3) |

郭日 其乃 勇摆， 徐白 拉哈哈。拉沃纳 窄嘎布 桑白 顿珠阿，

X X X X X(3) | 3/4 X X X(3) X X X X | 4/4 X X X(3) X X X X X X |

勇歪 拉巴都， 窄嘎阿 吕布 迪兴， 给夏珠 加兴 加兴 勇堆，

X X X(3) X X X X | 4/4 X X X(3) X X X X X X | 3/4 X X X X X |

窄嘎阿，渗巴 给兴 给鲁杨 勒兴 勒兴 勇白， 冲给 给 迪乃

X X X X X | X X X X X X | 2/4 X X X X | 3/4 X X X X X X |

卡其 迎 松给、白波 迎杨 松给， 卡杨 纳砸、 达巴 给砸 节巴，

4/4 X X X(3) X X X X X X | 3/4 X X X X X X 0 ∨| X X X X X X |

卡拉索 母迪 砸吉 梅白， 三买 甲玉 他扎 林林 萨坎 吉给，

4/4 X X X X X X X X X(3) | X X X(3) X X X X X X | 3/4 X X X X X X |

萨乃 努巴 徐白 拉哈哈，拉沃纳 迪堆 窄嘎 阿尹， 阿查 多马 迪拉

2/4 X X X X | 3/4 XXXX X X X X | X X X X X |
拉吉冬堆， 阿渗巴迪 阿来党炯 迪布玛沃堆，

4/4 XX XX XX XX | 3/4 XXX XX XX | XXX XX XX |
玉巴 嘎马 民柱 迪拉， 写巴吉 党学 松给，堆巴吉 布学 松给，

XXX XX XX | 2/4 XX XX | XX XX | 4/4 XX XX XX XXX |
写巴党 堆巴 梅白 阿窄 嘎布 桑白 顿珠 嘎乃 勇瓦 徐白 拉哈哈。

3/4 XXX XX XX | 2/4 XX XX | 4/4 XX XX XX XX |
拉沃纳 窄嘎 阿尹， 拉都 克歪 玉巴 嘎乃 民柱 迪拉，

3/4 XX XX XX | XX XX XX | XX XX XXX |
写巴 甲鬼 炯纳， 堆巴 波鬼 炯纳， 普兴 吉给 达卡迎，

XX XX XXX | 4/4 XX XX XXX XXX | XX XX XXX XX |
母兴 吉给 朗马迎， 扎拉 吉白 拉兴给 休巴达，曲拉 给白 曲兴给 沃布。

‖: XX XX XX 0 | XX XX XX 0 :‖ XX XX XX XX |
公母 公堆 念诺， 三巴 吉堆 句诺。 其杆 差 纳冬 句，
拉拉 主堆 达布， 曲拉 主堆 桑巴。

3/4 XX XX XX | X XX XXX | 1/4 XXX | 4/4 XX XX XX XX |
棉 差纳 规巨 迎 徐白 拉哈哈。 拉迪乃 窄嘎 曲给 拉都 克歪

XX XX XX XX | 3/4 XX XX XX | XXX XX XX |
窄布 扎西 康桑 迪拉， 写巴 甲学 松给， 拉堆巴 普学 松给，

XXX XX XX | 4/4 XX XX XX XX | XX XX XX XXX |
写巴党 堆巴 梅摆 阿窄 嘎布 桑白 顿珠 嘎乃 勇瓦 徐摆 拉哈哈。

3/4 XXX XX XX | 2/4 XX XX | 4/4 XX XX XX XX |
拉沃纳 窄嘎 阿尹 拉都 克歪， 窄坡 扎西 康桑 迪拉，

3/4 XX XX XX | XX XX XX | XXX XX XX |
写巴 绞归 炯纳， 堆巴 布归 炯纳、 阿达布 熊拉 早堆

XX XX XX ‖: (大 大大 大大 | 大大 大大 大大) :‖
达田 岗党 吉土，

‖: XX XX XX | XX XX XX :‖ X XX XXX |
拉赛 冲拉 沁纳， 冲曲 岗当 郭土， 迎 旭摆 拉哈哈。

XXX XX X | XX XX XX | XX XX XX |
拉迪乃 窄嘎 曲 呀布 都杨 松给， 勒布 都杨 松给，

XX XX XX | 6/4 XX XXX XX XX XX XX |
我纳 窄嘎 曲给， 路阿 尹松给 徐巴， 写给 玉巴 松给，

3/4 XXX XXX XX | XX XX XXX | 4/4 XX XX XX XXX |
拉我那 迪马写 四纳， 窄嘎 桑白 顿珠阿， 嘎乃 勇阿 徐摆 拉哈哈。

3/4 XXX XX XX | XX XXX XX | XX XXX XX |
拉我纳 窄嘎 阿尹， 路阿 尹松给 徐巴 米措 窄嘎给 写巴，

2/4 XX XXX | 3/4 XX XX XX | 2/4 XXX XX | 4/4 XX X XX XXX |
国乃 马马绞， 窄嘎 阿尹 写巴， 岗巴乃 呀呀 甲给 迎 徐摆 拉哈哈。

1 = C
突然慢板 ♩=132

1/4 (大大大 | 4/4 1 1 1 3 3 1 2 2) | 2 3 1 6̣1 6̣ 6̣ 6̣ |
波都 垫拉 顶乃 玉，

1 1 3 3 1 2 2 | 3 2 1 61 6 6 6 | 1 1 1 3 2 2 2 |

拉郭阿窄巴窄迪，萨拉日莫这乃玉，日莫这乃米崔，

3 3 1 6 6 6 6 | 1 1 3 3 1 2 2 | 2 3 1 6 6 6 6 |

扎西达杰这夏，井巴危嘎米仑，米仑当他旦巴。

1 1 3 1 2 3 2 | 3 2 3 3 1 6 6 | 1 1 1 3 2 2 2 |

波母曲给廓罗迪，曲给孜巴孜乃玉，给巴多吉这布迪，

3 3 1 1 6 6 6 | 1 1 3 3 2 2 2 | 3 3 1 6 6 6 6 |

刺嘛洽拉布乃玉，洽也洽甲沁布迪，刺嘛洽苏布乃玉，

1 1 1 3 2 2 2 | 3 3 1 61 6 6 6 | 1 1 3 1 2 3 2 |

洽云坐甲沁布迪，波恩布洽乃襄乃炯。句买鲁尹夏巴克，

2 2 3 2 1 6 6 | 1 1 1 3 3 1 2 | 2 3 1 6 6 6 6 |

句堆拉尹夏巴克，罗瓦岗日嘎布迪，岗拉尼玛夏瓦扎，

1 1 1 3 2 2 2 | 2 3 1 1 1 6 6 | 1 1 1 3 1 2 2 |

沁巴砸日木布扎，砸尹珍白高当扎，安坎加苦姑珍扎，

3 2 1 1 6 6 6 | 2 1 2 3· 2 2 2 | 3 2 1 1 6 6 6 |

卡迪嘎乌卡甲扎，索迪董苏卡追扎，吉迪盖钦马布扎，

1 1 2 3· 2 2 2 | 3 32 1 1 6 6· 6 | 1 1 1 3 2 2 2 |

纳枯董钦尼这扎，阿党嘎瓦日阿扎，米迪纳琼三马扎，

3 32 3 3 1 6 6 | 1 1 3 3 1 2 2 | 2 3 1 6 6 6 6 |

债郭 四给 达瓦 咳, 国巴 阿四 巴四 迪, 纳开 甲央 早松 咳,

1 1 1 3 2 2 2 | 1/4 X X | X X X | 2/4 X X X X | X X X 0 ‖

甲央 卓摆 马莱 咳, 拉甲 郭莫杨 卓松 徐摆 拉哈哈。

唱词大意:

话说吉祥,折嘎有说不完的吉祥平安歌,

有道不完的贺词来庆贺这喜庆的日子。

满天的星辰,闪闪发光。

蓝蓝的天空中挂着一面金色的镜子,

美丽的大地犹如天堂。

请看今日西藏到处是喜气洋洋的景象,

请看今日西藏充满了团结、富裕、文明、欣欣向荣的大好形势。

这大好时光来之不易,这是党的光辉的民族政策的丰硕成果。

我折嘎喜看家乡的变化时,

怎能不歌唱?怎能不高兴?

我驾着风车,手持鲜花,

来到了这风景如画的曲松县。

此刻,曲松县人山人海、欢天喜地,

有人说这是庆祝的日子,

有人道这是在办喜事。

我折嘎说,这是在党的致富政策的光辉指引下,

广大农牧民走向繁荣昌盛的社会主义道路的脚步声和欢笑声。

表　演

藏民族曲艺的表演，以单人、双人和多人表演的居多。按表演形态分类可分为：说唱类、唱类、说类三种。说唱类曲种如仲谐、岭仲、折嘎、扎年弹唱、百、夏等，其特点是有说有唱，说唱结合；唱类曲种如古尔鲁、喇嘛玛尼等，其特点是以唱为主，间有少量说白；说类曲种如堆巴谐巴、藏语相声等，其中堆巴谐巴虽为说类曲种，而其文体基本为韵文，藏语相声虽为散文文体，但许多曲目也是说唱结合的。

藏族曲艺的表演形式，有坐唱坐说、站唱站说、边唱边舞三类。坐唱坐说的如喇嘛玛尼、仲谐、岭仲等，这些曲种的表演者主要以说唱的语音声调、唱腔、情感、节奏，配以面部表情来刻画人物、讲叙故事，有时配合少量形体动作。有乐器伴奏的曲种艺人，如古尔鲁的鼗鼓，既是击节乐器又是道具。站唱站说的如传统的古尔鲁、堆巴谐巴、百、夏、折嘎、藏语相声等，但这由于各曲种产生的背景不同，虽均为站说站唱，因手持的伴奏乐器不同，参与说唱的人数不同，演唱的场所不同，而各自保持着各自的表演特征。边舞边唱的曲种有民间古尔鲁、扎年弹唱等，舞蹈均是从藏族的民间舞蹈吸收来的，其中民间古尔鲁仅有少许舞蹈动作相伴，而扎年弹唱则为艺人边唱、边弹奏扎年琴、边舞。

藏族曲艺的表演，有一个长期发展变化的过程，在这过程中历代艺人不断借鉴吸收和融化各种姊妹艺术，包括兄弟民族曲艺和其他艺术的表演形式、手法，不断充实、完善自身。所借鉴者主要是各地的戏曲、民间音乐、民间舞蹈等，其中对西藏曲艺表演影响最大的是藏戏，喇嘛玛尼、仲谐、岭仲、折嘎、藏语相声、古尔鲁、百、夏、堆巴谐巴等，均与藏戏互为借鉴、吸收。西藏和平解放以来，汉族相声、快板传入西藏，为藏族艺术家吸收、运用而发展，演变为藏语相声、藏语快板。而新一代曲艺演员，在演唱的发声方法，表演的技法等方面转向话剧、歌剧以及一切新的艺术表演方式吸收借鉴，使有着古老传统的西藏曲艺表演在新时代有了新的气象。

藏族传统曲艺表演，既具有曲艺表演的一般特点，同时又具有西藏地区的藏民族特征。如一人讲解说唱，一人扮演多角，进进出出，虚虚实实，据曲本表演或即兴表演，是与全国曲艺表演本质是完全相同的。而属于其独有的特征则在于，藏民族是一个崇奉佛教的民族，许多曲种的曲目内容为佛经故事或为佛旨教义，如喇嘛玛尼、古尔鲁，它们的表演风格显得格外庄严、肃穆和神秘；藏民族又是一个能歌善舞、生活中充满幽默风趣感的民族，曲

种中的扎年弹唱、折嘎的表演就充分体现了亦歌亦舞、轻松活泼、诙谐风趣的特色，而藏语相声的产生也决非是一种偶然现象，她正是藏民族古老文化在新时代的一种延续；藏族有着悠久、曲折的发展历史，仲谐、岭种曲目中的长篇故事就反映的是广阔的西藏历史生活与同样广阔的现代生活，这些长篇曲目复杂的情节、众多的人物，使演唱的艺人在表演方面显得风姿多彩，既有粗犷激越，也有柔和细腻，有热烈欢快，也有抒情缠绵。在表演方面不同曲种的不同艺术风格，显示了藏族曲种的多样性。

藏族曲艺表演的宗教色彩，演唱中当地山歌、牧歌、劳动歌舞、宗教乐器、民间乐器演唱演奏的独特风格色彩，构成了藏族曲艺表演独具一格的个性特色。

岭仲的表演形式　演唱岭仲的艺人被藏民称之为“仲肯”。仲肯们由于受宗教影响，和自己所具有的特殊记忆功能，卓越的创作才能，也为了争取听众，在说唱时往往赋予自己各种神秘的说法，如“神授”说、“圆光”说等等。为此，仲肯也就被分为各种类型，在表演的形式上也略有区别，但都是坐唱。如属于“神授”艺人一类的，在开唱前手拨佛珠，闭目静坐，然后开始祈祷。祈祷有两种情况，一种是在心中默默祈祷，请求神佛、格萨尔大王保佑说唱；一种是将祈祷词说唱出来，作为说唱《格萨尔王传》开场白，而这些祈祷词多与正文无关。“圆光”艺人在演唱前先要设一神坛，以迎请“雍珠玛”神谕，借助铜镜看到《格萨尔王传》经书，并凭借此来演唱，演唱前两眼注视铜镜，并手抓青稞粒，开唱后边唱边将青稞粒撒向铜镜。有的艺人先挂格萨尔唐卡，还要在唐卡前煨桑，向唐卡神像敬酒。有的艺人在说唱前要先带上特制的格萨尔帽子，又称艺人帽、说唱帽，一戴上帽子格萨尔的故事就会自然降到脑海中。有的艺人在说唱前左手托帽，右手指点，先介绍帽子的来历、形状、饰物及其象征意义，然后再带上帽子开始说唱。另有在说唱前先斟满一杯酒，用右手无名指蘸杯中的酒，向空中弹洒三次，请求三界之神的护佑，而后喝上一口酒开始说唱。在演唱前所加的祈祷词，在后人纪录时有的已成为《格萨尔王传》文本的一部分，有的是韵文体，如“翁木，愿一切吉祥！大奏世界安乐曲，遍照智慧宝珠光，降服妖魔大力士，雄师大王赐吉祥”。《香香药物宗》卷首即有《能仁释迦佛祖我顶礼》、《雪域众生吉祥我顶礼》、《世界雄师大王我顶礼》的祷词。演唱时，既有语音声调的变化，情绪节奏的变化，也有面部表情的变化，并以这些变化来塑造、刻画人物形象，渲染故事场景，以感动听众。

在众多艺人中自认为是神授艺人的桑珠，虽然也听过别的艺人演唱，却从不认为自己的说唱是从别人那里听来的，而是故事神降于头脑的产物。他每次表演前，总是手拨念珠，双目微闭，静静打坐，默默祈祷，请格萨尔大王保佑一切顺利。而后进入说唱境界，其时他旁若无人，眼前只有一幕幕格萨尔故事场景。他的说唱极富感情色彩，唱到格萨尔英勇歼敌时，会感情激越、曲调高昂、铿锵有力；唱到珠牡与格萨尔分别时，他会低声细语，表现二人情意绵绵、依依惜别；唱到格萨尔敌人时，他不仅着力描写其丑恶的嘴脸，淋漓尽致地揭

露他们的罪行，同时也不忘描述他们的凶狠和残暴。他曾说过："当我唱到格萨尔的对手时，会毫不留情地和格萨尔作对。"

二十世纪八十年代后，岭仲的表演形式也发生了变化，有了由五六个男演员同时演出，一位带着格萨尔大王帽子领说领唱，其他扮演将领身着铠甲戎装坐在舞台一侧伴说伴唱，或讲解故事情节，有时也据内容表述需要，某位演员也站起来至场中央表演，或由两位演员作对唱表演。

仲谐的表演形式 仲谐的传统表演形式为坐唱，说唱时也极重说功。表演时席地而坐，不化妆、不着装，一般说唱时还要边干一些家务活，如捻线、织毛衣、绣鞋、织氆氇、做围裙等。表演的场地也无固定要求，田间、地头、帐篷、山头、林卡、室内均可。表演既无道具，也无乐器伴奏，更没有时间限制。

堆巴谐巴的表演形式 传统的表演形式为一领众合，以站说为主。表演的场合都是婚日、庆典、新房落成仪式的喜筵上。表演者身着传统庆典特有的新装，男艺人头戴大红圆帽或黄色蘑菇形波都帽；如是女艺人，则头戴藏族妇女节日所带的装饰，有珍珠、玛瑙、红珊瑚组成的或为半圆形或为三叉形的把珠。表演开始时，要手捧盛满表稞酒的银碗。表演开始，领颂人领唱后，全体在场的人要依据领颂人的腔调颂唱。表演到最后，一般用一段节奏较为激烈的舞蹈结束。

百的表演形式 百的演出时间为每年特定的宗教节日，一般在传召法会后期的驱鬼仪式上。百的表演由三段组成，第一段为说唱人身着古代服装，被称为"翁则"（即领唱者）的唱一句，众随从的"士兵"重复演唱一句；第二段是领唱者边走边唱，每段说唱之后，"士兵"们齐放火药枪（土枪）；第三段所有"将士"手持弓箭、火药枪边唱边舞。演唱与表演完整统一，铿锵有力。

喇嘛玛尼的表演形式 喇嘛玛尼的表演形式为坐唱。演唱喇嘛玛尼的艺人每到一处，先选择好演唱的理想场地，如村头的大树下，寺院的大门口，或打麦场的麦垛木架前等场地。然后将当天要说唱的故事唐卡铺开挂好，在唐卡画中心位置的佛像前摆好供灯、供水、供品。准备就绪后，吹海螺以通知听众。等围观的人达到一定数量后，艺人则在唐卡画的一侧席地而坐，手持铁棍，指点着唐卡画上的图像开始说唱。其唱腔旋律来自颂经曲调，似说似颂、似吟似唱，无伴奏。在说唱故事的中间不断诵唱"唵嘛呢叭咪吽"六字箴言。

折嘎的表演形式 折嘎的表演为站唱。折嘎艺人常年在流动中演唱，节假日则是演

唱的高峰。他们常年身背面具，手持桑百顿珠木棍，怀揣大木碗，流浪到一个地方就唱到一个地方。如见有人家娶亲，艺人会推开院门站到院中就唱祝贺的吉祥词。表演的最大特点是，见到什么就唱什么，上能歌颂达官贵人，下能为穷苦的农牧民祝福吉祥；能赞美世间一切美好的事物，也能讥讽社会的劣迹。其表演的轻松活泼、诙谐风趣特点，深受西藏各阶层民众的喜爱。

扎年弹唱的表演形式　传统的扎年弹唱基本上是一个人在原地自弹、自唱、自舞，时或穿插前后左右半步或一步，最多两步的舞蹈动作。中华人民共和国成立后，在此基础上有了较大变化，在站唱中穿插了前后左右的移步，甚至绕圆圈边舞边唱。演出也从一人、两人发展为多人表演，使之喜庆气氛更加浓烈。更进一步又产生了男演员多人、女演员多人以及男女演员共同表演的形式，并有了全体演员坐唱，女演员前排坐唱男演员后排站唱等形式。但即便是坐唱，仍穿插有脚和手的小幅动作表演。无论是多少人的、是站是坐的表演形式，每位演员一定手持扎年琴，自弹自唱。在有些曲目中还有两人或三人一组，轮流从队列中走出来弹唱，而全体弹唱者的集体歌唱时，队列的编排也明显讲究起来，更讲究舞台的调度，以载歌载舞的场面营造欢乐气氛。

舞台美术

西藏曲艺演出场地的舞台美术较简单，仲谐、岭仲、折嘎、百等曲种的演出场地就在田间、地头、帐篷、室内外。古尔鲁为高僧大德所唱，场地一定在寺庙的大堂中。堆巴谐巴通常只在庆典中演唱，为此也多在室内。而喇嘛玛尼则多在藏历四月份的宗教节日时演唱于街头、路口。演出场地是较为随意和不甚讲究的，但有的曲种还是有类似今天舞台装置方面的要求，而这些装置又与这些曲种的藏传佛教性质有着密切的关系。自1959年（第十六绕迥土猪年）西藏进行民主改革之后，部分曲艺种类开始进入剧场演出，在演出服饰、道具、装置等方面开始讲究起来，尤其是在正规舞台上的表演，还对舞台增添了新的装饰。

舞台装置

西藏传统曲艺艺术均无固定演出场所，流动的演出场所一般没什么装置，如折嘎、扎年弹唱等，有一个合适场地、有了观众就可以演唱了。但有些曲种在这种演出场地，也会摆放一些必备物品，以配合演唱。如岭仲艺人演唱时有的要摆放宝镜（铜镜），喇嘛玛尼艺人演唱时要摆放唐卡画、供品、供灯等物。

岭仲演出场地的布置　岭仲艺人据不同的派系，对演出场地的布置也是不同的。圆光艺人在演唱前，首先必须在自己的对面摆放一面宝镜（铜镜），而后手抓一把青稞粒，边演唱边将青稞粒洒向宝镜。圆光艺人演出场地布置也有繁有简，前者是简单的，繁的如昌都地区类乌齐县艺人卡察扎巴·阿旺嘉措，他演唱前要设一神坛（道场），以迎请佣珠玛神谕。神坛包括铜镜一面，铜盘一个，长形水晶石一块，高脚铜盏两只（内盛茶水），小铜杯七只（内盛净水），酥油灯一盏，香一炷，哈达一条，青稞粒一把。也有一种演唱习俗如喇嘛玛尼演唱挂唐卡画一样，演唱前先张挂格萨尔王唐卡画，并在唐卡画前煨桑，并要向格萨尔王唐卡敬酒，之后才开始演唱。

堆巴谐巴演出场地的布置　堆巴谐巴艺人演唱的时间，都是某家的喜庆节日之时，演出场地也就设在这家的大殿或房柱的中间，先要放一张方桌，在方桌上要摆放象征吉祥的切玛、五彩旗、银壶、银碗。

喇嘛玛尼演出场地的布置　喇嘛玛尼艺人在选好的演出场地上，先取出唐卡卷轴，铺开挂好，并在正对着唐卡画中心的地方摆放上供灯、供水、供品，也有摆放七盏供水杯，再点上香的。摆放完毕后，始吹海螺召集听众，待听众来得差不多时，席地而坐开始演唱。

服饰装扮

西藏曲艺艺人演出时穿的服饰装扮并无统一要求，一般情况下大都穿着普通老百姓的藏族服装。但有的曲艺艺人穿的服装就比较特殊，安多多玛岭仲艺人扎巴窝在演唱《格萨尔王传》时，除了戴艺人帽外，还要穿一种用红色绸布缝制的衣服，两个衣袖上绣着一对狮子，前胸和后背绣着龙和大鹏鸟。说唱时只要把这种衣服从头上往下一套，穿上袖子就行了。此种服饰与当地为人治病的巫师所穿的红色服装较相似。

西藏各地的服装各有特色，藏东以昌都为主，藏北以羌塘为主，前藏以拉萨为主，后藏以日喀则为主。岭仲艺人的服饰具藏北、藏东特点，百艺人的服饰具藏南特点，喇嘛玛尼艺人服饰具前藏特色，折嘎艺人的服饰具后藏特征。1959年(第十六绕迥土猪年)西藏进行民主改革后，曲艺艺人的演出服饰渐渐舞台化、正规化，如藏语相声、扎年弹唱等曲种的演出服饰，与传统曲艺演出服饰相较已有了巨大变化。

岭仲装扮　演唱者头戴说唱帽，身着牧民皮袍，脚蹬牧民靴。在岭仲艺人中，神授艺人最重视说唱帽。神授艺人称其为“仲夏”，他们说这种特制的帽子有一种神奇的力量，带



(图1)



(图2)

上它格萨尔故事就降于头脑中，故事就会滔滔不绝地从口中讲唱出来。（见图 1）

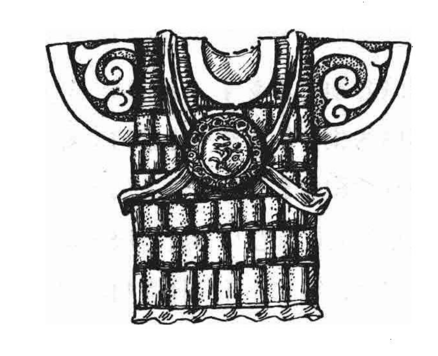
仲谐装扮　演唱者一般均穿戴家乡农牧民的生活服装，如农民穿的黑、白氆氇衣，牧民穿的皮藏袍。

堆巴谐巴装扮　男性演唱者头戴大红索夏帽，身穿黄缎藏袍，脚穿长筒藏靴。女性演唱者内穿大红衬衣，上披五彩纹长袍，脚穿绣花藏靴。（见上页图 2）

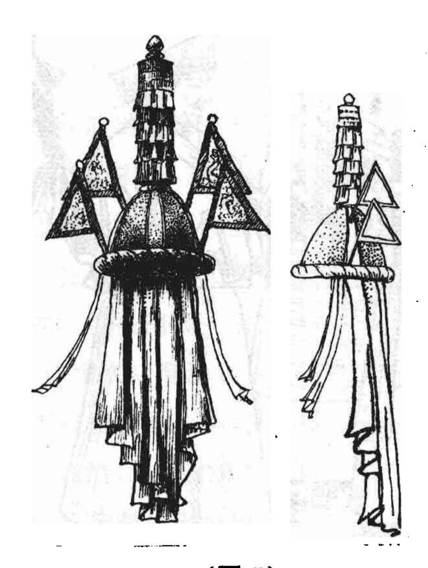
百装扮　演唱者均为男性，头戴古代头盔，身穿白氆氇藏袍（见图 3），上身披盔甲（见图 4、5），脚穿藏靴。



（图 3）



（图 4）



（图 5）



（图 6）

喇嘛玛尼装扮　演唱者装扮的特点是僧俗合一。女艺人头戴棕色尼古帽，男艺人一般不戴帽。身穿红氆氇藏服，上披喇嘛红袈裟，脚穿棕色藏靴。

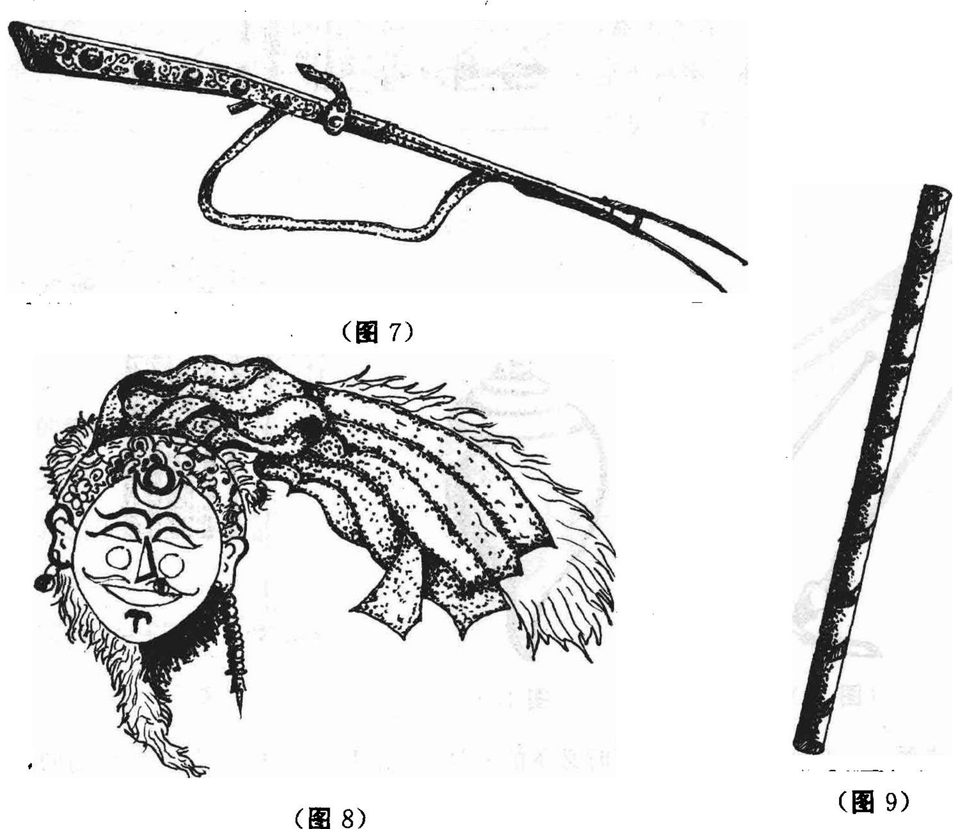
折嘎装扮　演唱者身穿白氆氇，上身再罩上带有绣花边的黑氆氇坎肩，脚穿藏族损巴拉鞋(绣花藏靴)(见上页图6)

百装扮　演唱者头戴西藏林芝地区黑色金边林芝帽，身着林芝地区黑色藏袍，上披动物皮制坎肩。

道　具

西藏曲艺艺术使用的道具极具藏族特色。以其功能不同分有几种类型：第一种为装饰性道具，可看作某曲种演出的标志，如堆巴谐巴演出时摆放的银壶、银碗，其与表演并无直接关系；第二种为与表演有着密切的关系的道具，或为表演的主要道具。如岭仲的说唱帽、铜镜，喇嘛玛尼的唐卡画，折嘎的假面具、木棍、大碗，百的火药枪等。第三种为乐器，其既是伴奏乐器，又是演员借以辅助表演的道具，如扎年弹唱的伴奏乐器扎年琴。

火药枪　百表演的主要道具。是一种藏式古代火药枪，枪身长两米左右，有点火装置，前端带有两个羚羊脚似的叉子。(见图7)



(图7)

(图8)

(图9)

假面具　折嘎艺人演唱时必备的道具。一般用布或白氆氇制作，左边为白胡须，右边为黑胡须，额头上装饰有太阳和月亮，鼻尖装饰有小贝壳，下巴上有山羊胡。（见上页图8）

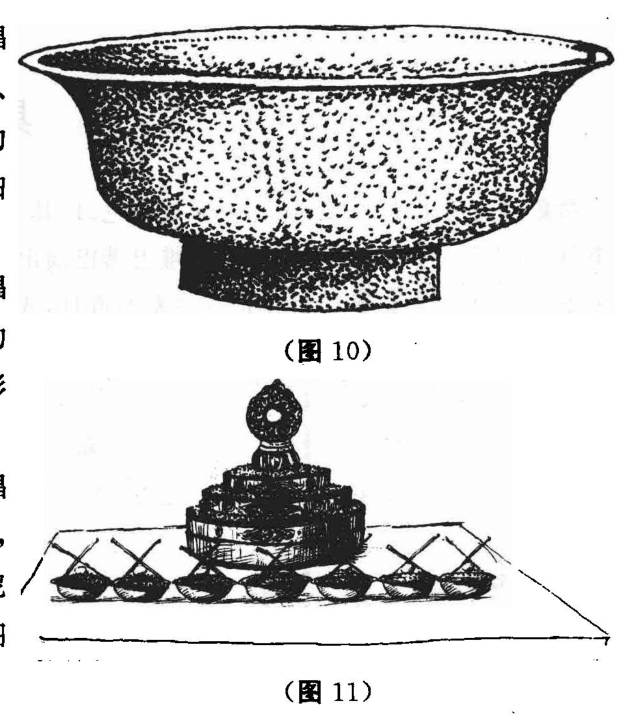
木　棍　折嘎艺人演唱时必备的道具。长一米左右，不太粗，木棍上刻有左旋图案，有的上面还挂有一串小铃。（见上页图9）

木　碗　折嘎艺人演唱时必备的道具。碗口直径大约有三十厘米，做工很讲究，用特制的木头制作。（见图10）

幔　扎　喇嘛玛尼艺人演唱时必备的道具。是专门摆放在佛像、唐卡画前的一种装有青稞或大米的盛器。幔扎呈圆形，有几层，尖呈太阳月亮状。（见图11）

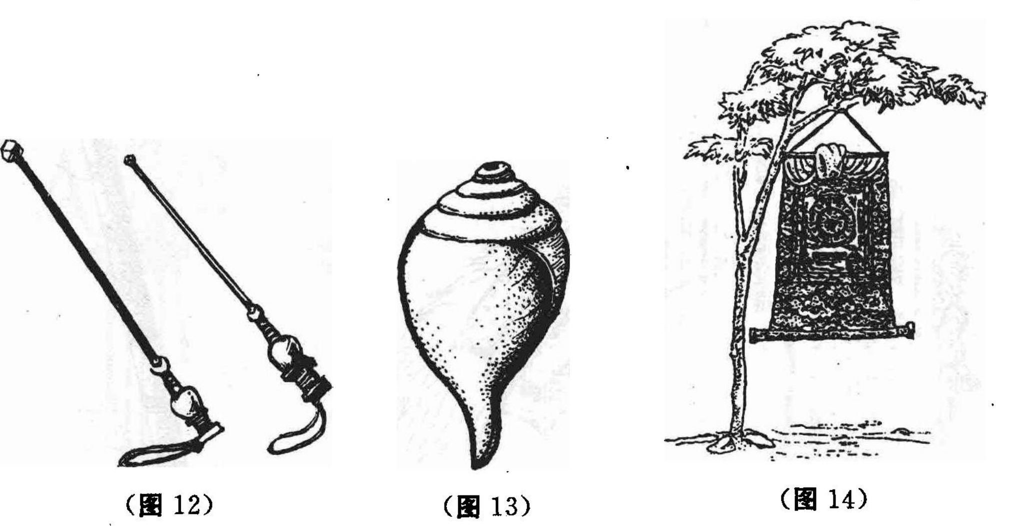
江　啼　喇嘛玛尼艺人演唱时必备的道具。是用来指点唐卡画的铁棍。长一米左右，带手把，四方形头。（见图12）

海　螺　喇嘛玛尼艺人演唱时必备的道具。是藏传佛教的法器，分为左旋海螺、右旋海螺。喇嘛玛尼艺人以吹响海螺来邀集听众。（见图13）



（图10）

（图11）



（图12）　（图13）　（图14）

唐卡画　喇嘛玛尼艺人演唱时必备的道具。也是部分岭仲艺人演唱时使用的道具。（见图14）

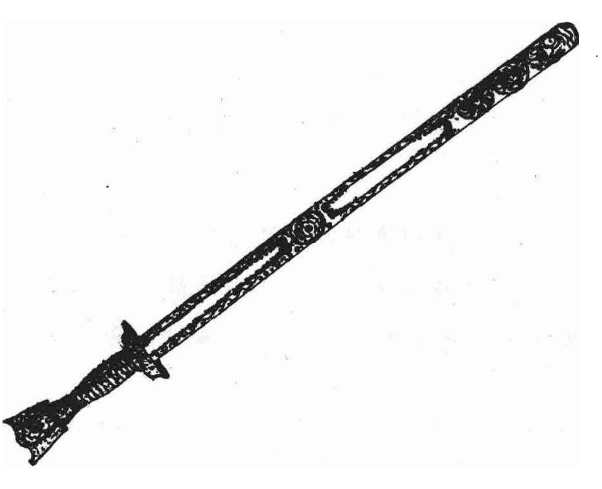
唐卡画是源自藏传佛教的艺术作品，是藏族画师创作的具有史料价值和艺术价值的壮观画卷。在西藏从寺院中到家庭里，到处都张挂着大小不一的唐卡画，以示人们对藏传佛教的崇敬。家中的一般长一百二十厘米，宽六十厘米；寺院的如布达拉宫的唐卡长有五十余米。唐卡画一般都画在白布上，也有画在其他纺织物上的。画的内容包括宗教画、传记画、肖像画、建筑画、历史画、风俗画、故事画等等。

喇嘛玛尼艺人演唱用的唐卡画，与一般家庭张挂的唐卡画大小一样。道具唐卡画的内容主要来自三个方面，即传记画，如佛本生、莲花生大师、尊者米拉日巴等；故事画，如《诺桑法王》、《白玛文巴》、《朗萨雯蚌》等；历史画，如文成公主、尼泊尔公主等。喇嘛玛尼艺人使用的唐卡画在技术上有一定的要求，画师们根据说唱故事内容的需要，首先确定画中心佛的位置，然后从唐卡下部的中间开始顺时针方向从故事的开始、人物介绍，到故事矛盾展开、高潮、结局一一画来。画像非常生动，构图严谨、均衡、丰满，布局疏密有致，色彩富丽堂皇，线条粗犷流畅，画本身就有传神、动人的效果。画的中心佛是最具光彩的部分，《白玛文巴》画的是莲花生，《诺桑法王》画的是佛祖释迦牟尼（因诺桑王子象征着释迦牟尼的化身），《朗萨雯蚌》画的是度母，《智美滚丹》画的是观世音，《苏吉尼玛》画的是绿度母，《卓娃桑母》画的是白度母，《顿月顿珠》画的是观世音和无量佛。

喇嘛玛尼艺人对唐卡画看得非常神圣和珍贵，旧时西藏喇嘛玛尼艺人都非常穷困，大都是将辛辛苦苦演唱和乞讨攒下的钱用来买唐卡。著名喇嘛玛尼艺人次仁琼宗的舅舅次仁，因演唱喇嘛玛尼非常出色，十三世达赖喇嘛曾赐他一幅唐卡画，这被看作是他与他的家族永久的最大荣耀。

岭仲艺人演唱使用的唐卡画画面一般分为上、中、下三个部分，上部为供奉神、莲花生大师；正中为保护神、山神、护法神；下部及两旁为故事情节的组画。

五彩箭　堆巴谐巴艺人的演出道具。长约一米，箭杆为竹制，箭上方分五个插头，杆上用五彩绸缎编织成图案，箭上挂有铜镜等吉祥物。



（图 15）

藏　刀　百艺人演出使用的道具。长约一百五十厘米，藏族称“巴当姆”。是一种装饰性较强的长剑。（见图 15）

银碗、银壶　堆巴谐巴艺人演出时使用的道具。银碗大小不等，但必须是银制，做工考究装饰性较强，碗上镶有玛瑙、红珊瑚等。银壶高约五十至六十厘米，长嘴，带把。（见图16）



（图16）

机　　构

西藏曲艺艺术在漫长的发展过程中，曲艺艺人单独行艺的基本状况，使其不可能形成为曲艺艺术的特定机构，即便是托布村喇嘛玛尼演出群体，也仅能称为是一种松散的演出群体而不能称之为团体。西藏和平解放之后，藏族曲艺艺术得到空前发展，但是，曲艺仍无独立的机构，曲艺的演出活动大多是歌舞团队的组成部分，如西藏各地区、县的曲艺演员和曲艺活动，都归属于山南地区文工团、日喀则地区文工团、那曲地区文工团，以及县一级的江孜县文艺宣传队等。直到1977年拉萨市歌舞团成立，才在该团成立了一支专业的曲艺队，但仍归歌舞团领导。至1985年，包括西藏自治区戏剧家协会和曲艺家协会也仍是联属办公。而民间的曲艺活动，则多由各地的群众艺术馆领导，且是群众艺术馆工作的重要组成部分。

但是，西藏曲艺机构形成较迟的状况，并没有影响藏族曲艺在新时期蓬勃发展的势头，各团体的曲艺作家、演员以及各地群众艺术馆领导下的业余曲艺爱好者，凭借他们对本民族曲艺的热爱，克服了多重困难，依然创作出大量优秀作品。藏族民众热爱他们，他们的辛勤努力也得到了全国曲艺工作者的尊敬。

演 出 团 体

托布村说唱喇嘛玛尼演出群体　　日喀则地区仁布县托布乡托布村原有托布庙，该庙共有僧尼二十余名，除少数是喇嘛尼姑外，大多数是不常住寺庙，可有家眷的僧人，由此而得名“旺衮庙”“色金庙”。他们祖祖辈辈以说唱喇嘛玛尼谋生，逐渐形成了一个演出群体。

托布村喇嘛玛尼每年都有固定的演出时间和地点。

藏历一月，他们在本地利用近半个月的时间，进行“次珠霞布旦”（经忏、佛事的敬称），祈福禳灾的宗教法事以及“衮曲玛尼”（衮曲为冬季供神、祈祷；“玛尼”为诵经“六字真言”）。

藏历三月，他们从托布出发，到山南地区的贡嘎县吉德雪、扎朗等地，为达赖喇嘛长寿

仪轨进行祈祷、祝寿。

藏历三月三十日前必须赶到拉萨，参加“萨嘎达瓦”节的演出。因藏历四月底宿星出现，故藏民将四月称为“氐宿月”。相传佛教创始人释迦牟尼于藏历四月十五日降生、成道和圆寂，藏俗在此氐宿月中，宗教活动极为频繁。尤其是四月十五日那天，西藏各地男女老少身穿节日盛装，转经念佛。把藏历四月又称为佛月，这个月中，都要朝佛、磕长头、禁止屠宰牲畜，以积功德等，同时还要说唱喇嘛玛尼。

藏历五月八日至六月四日，到江孜去进行一个月的“曼拉曲决”（“曼拉”为药师佛，也就是救度众生疾病苦难的如来，“曲决”为佛事活动），在那里举行隆重的仪式后，说唱喇嘛玛尼。同时，还要跟随萨迦活佛班典迦马或热隆一活佛（他们每年轮流担任转经的“果尔本”，也就是转经头人）每天转“白居寺”两圈。

藏历五月九日至十五日，演出群体要抽七八人去参加仁布县“朵加”赶“绿贡”的宗教活动，并要说唱喇嘛玛尼。“朵加”抛出驱鬼食子，以驱邪魔。“绿贡”就是替死鬼。

藏历六月、七月，艺人们背着唐卡，转着经轮到帕里、亚东等地去说唱喇嘛玛尼。

藏历八月十日回到托布村，有地的人在自家地里收割，无地的人帮别人收割，从中得到一点收入。

藏历九月至十月，到“娘”、“联”达竹寺一带去说唱喇嘛玛尼。

藏历十一月至十二月，翻越“日贡拉”山，经拉萨、加查，到南木林一带去说唱喇嘛玛尼。艺人们说唱一个故事，有时一天可以说完一个故事，有时则需要几天的时间。

托布村喇嘛玛尼演出群体所演唱的喇嘛玛尼曲目，主要是《还魂嘎玛仁增传》等，此外还有《甲萨白萨》、《白玛文巴》、《卓娃桑姆》、《顿月顿珠》、《朗萨雯蚌》、《文成公主》等八大曲本。以上内容，有的艺人完全可以背诵演唱，有的则要看着经文叙说，但无论是背诵或看着经文，都是指着唐卡说唱。

托布村喇嘛玛尼艺人益西群培、土登次仁都是托布庙的“根堆”（喇嘛），他俩的父亲也都是“根堆”。当父辈们到外地去说喇嘛玛尼，因要把所有的行李等东西驮在毛驴背上带去，为此，每家的长子，都要随父亲去看守行李等，由此儿子也学会说唱，他俩的喇嘛玛尼也就是这样学会的。

拉萨市业余歌舞队　　业余演出团体。1959 年（第十六绕迥土猪年）10 月初成立。负责人刘延、土登。该演出队是经西藏自治区工委和拉萨市领导批准，由二十多名藏族农奴的子女、农奴、奴隶自愿组成的业余演出组织，含歌舞、曲艺。

1960 年至 1965 年（第十六绕迥铁鼠至木蛇年）期间，业余歌舞队的工作任务是到市属各县的农区及牧区演出，同时，向民间著名的歌舞、曲艺艺人学习。此外，还承担了 1962 年（第十六绕迥水虎年）中印边界自卫反击战慰问前线将士的任务；1964 年（第十六绕迥木龙年）以该队主要演员为基础组成的西藏文艺代表团赴北京参加了全国少数民族业余

文艺汇演，演出了折嘎《好得很》等歌颂在中国共产党领导下西藏农奴翻身得解放为内容的曲艺歌舞节目。1965 年，在西藏自治区首次文化工作会议上，拉萨市业余歌舞队的工作受到了西藏自治区党委的表扬，并改名为拉萨市文化工作队。

1966 年（第十六绕迥火马年）“文化大革命”开始后，拉萨市文化工作队的工作同样受到严重破坏，以致正常的演出活动全部停止。1969 年（第十六绕迴土鸡年），把已分散的演员重新集中起来，拉萨市文化工作队又开始了演出活动。1971 年（第十六绕迴铁猪年）11 月在拉萨市文化工作队基础上吸收新成员，成立了拉萨市毛泽东思想文艺宣传队。由高克明、土登负责宣传队的领导工作，全队演职人员约七十名，分成歌舞与曲艺两个小分队，其中曲艺队八人。曲艺队大部分时间以深入农区、牧区、边防哨卡、厂矿企业演出为主，还特别规定每年至少有三至四个月的时间专门下乡到农牧区为农牧民服务。其间，曲艺队本着城乡兼顾、重点农牧区的原则，结合上级下达的任务，在广场、街头、礼堂等演出场所为广大观众演出短小精悍、丰富多彩的节目。逢有外宾进藏，还要代表拉萨市党政领导和人民为他们做接待演出。1973 年（第十六绕迴水牛年），参加了西藏全区文艺调演；1974 年（第十六绕迴木虎年），参加了西藏自治区单、双、小型节目调演和全国音乐调演；1975 年（第十六绕迴木兔年），参加了全区文艺调演；1976 年（第十六绕迴火龙年），又参加了西藏自治区专业文艺调演大会，创作演出了曲艺节目表演唱、扎年弹唱等，特别是土登表演的扎年弹唱《弹起扎年唱新歌》获专业文艺调演一等奖。

1977 年（第十六绕迴火蛇年），时称拉萨市毛泽东思想宣传队（即原拉萨市文化工作队），由群众业余文艺团体改制为国家正式的专业文艺团体，定名为拉萨市歌舞团。

拉萨市歌舞团　　歌舞、曲艺专业演出团体。1977 年（第十六绕迴火蛇年），在拉萨市文化工作队基础上组建。团长土登，副团长徐官珠。编制八十人，由歌舞队、曲艺队组成。拉萨市歌舞团成立之后，提出了建团的宗旨，即一方面在提高艺术质量上狠下功夫，另一方面根据新时期文化工作上的新要求，提出了四个不能变的原则：形势变了，坚持为人民服务、坚持社会主义方向的目标不能变；生活待遇好了，坚持上山下乡、为农牧区演出的传统不能变；人员多了，坚持一专多能、小型多样的演出风格不能变；条件改善了，坚持向人民群众学习、从人民群众当中吸收营养的创作路子不能变。

在实践过程中，该团特别注重向民间、向群众学习，所编排的各种节目大部分具有西藏民间传统文化特色，明朗、健康的内容，活泼、风趣的表演形式，既使观众在观看中得到教育，又能得到美好的艺术享受。为了能真正做到这一点，团里分别组成几个小组先后到羊八井地区、林芝、日喀则、萨迦等地向民间艺人请教，将西藏折嘎、喇嘛玛尼、岭仲等传统曲艺形式搬上舞台。同时根据汉语相声的特点，学习了区内其它地区业余歌舞队的藏语相声节目，并加以改进，使藏语相声在舞台上焕然一新，深受群众的喜爱。将过去曾被视为是乞丐讨饭手段的折嘎、喇嘛玛尼，经改编和整理搬上舞台，成为西藏各地群众喜闻乐见的

曲艺表演形式。

1979年(第十六绕迥土羊年),该团参加西藏自治区第四届文艺会演暨民间唱法独唱、二重唱会演,其中扎年弹唱《爷爷和孙孙》(徐官珠词,班登达瓦曲)获奖。1981年(第十六绕迥铁鸡年),西藏自治区根据文化部将于1982年(第十六绕迥水狗年)3月15日在苏州举办全国曲艺优秀节目(南方片)观摩演出的通知精神,经过精心准备,于1981年10月举办了西藏自治区首届曲艺会演,拉萨市歌舞团曲艺队参加会演所表演的节目藏语相声《醉酒》、《治穷致富》,喇嘛玛尼《候鸟的故事》,扎年弹唱《门岭之战》,坐唱《藏汉团结描新画》等全部获奖。为提高艺术质量,西藏自治区领导于1982年初决定,派自治区群众艺术馆次仁卓嘎、索朗旺堆,率领准备参加全国曲艺优秀节目(南方片)观摩演出的拉萨市歌舞团曲艺队,携带参赛曲目到山南地区的泽当、桑日县、穷吉县、乃东县以及日喀则地区的萨迦县演出两个月,在受到藏族群众的热烈欢迎的同时,对提高演出质量起到了关键作用。1982年3月拉萨市歌舞团曲艺队八名演员和自治区群众艺术馆一名干部,及日喀则、山南地区观摩人员共十一人,组成西藏自治区曲艺代表队到达苏州,首次参加了全国性的曲艺观摩演出。其间,演出的四个节目,双人折嘎《贺喜》、仲谐(故事表演)《尼曲桑布》、藏语相声《歌舞的海洋》、扎年弹唱《门岭之战》(片断),全部获奖,好评如潮。有评论说:双人折嘎《贺喜》歌颂了党的政策,又弹又唱、连说带跳的表演形式,令人耳目一新,两个演员同时说唱如同出自一人之口,的确是经过精心排练,从作品的译文看,既有民族特色,又有文采。仲谐(故事表演)《尼曲桑布》赞美了穷苦百姓,嘲讽了恶人尼曲桑布,有独特的民族风格,表演精彩,形态逼真。藏语相声《歌舞的海洋》反映了西藏人民在新时代的精神面貌,批判了不热爱民族艺术,盲目崇洋媚外的不良倾向,好似一幅诙谐动人的风情画,令人难忘,是保持本民族文化特色,融汇吸收汉族相声表现手法与技巧的成功创作。扎年弹唱《门岭之战》(片断),描写了古代西藏的战争场面,气势浩大,令人振奋。藏族曲艺在观摩演出中产生强烈反响,深受各地曲艺工作者及观众的好评,并取得了获奖名次排行第五的好成绩。在参加苏州的观摩演出结束后,西藏曲艺代表队途经上海、西安、成都,一路演出下来受到热烈欢迎。4月5日,西藏自治区文化局特上报和下达了《不拘一格,独具一格——西藏自治区曲艺代表队参加全国曲艺观摩演出取得丰硕成果》一文,表彰了西藏曲艺代表队所取得的成绩,给了拉萨市歌舞团曲艺队极大的鼓舞和鞭策。

1983年(第十六绕迥水猪年)9、10月间,拉萨市歌舞团组成乌兰牧骑式演出队,赴北京参加全国乌兰牧骑演出队文艺会演。在演出期间共演出了十个节目,五个获奖节目中就有扎年弹唱《门岭之战》(片断)。乌兰牧骑演出队还获得了“先进集体”的称号。1983年12月8日,自治区文化局在拉萨劳动人民文化宫召开大会,宣读了《自治区文化局关于全区文艺工作者向拉萨市歌舞团学习的决定》,表彰了拉萨市歌舞团。

1985年(第十六绕迥木牛年)9月,在全区第五届专业文艺会演中,拉萨市歌舞团的一

场晚会获优秀演出奖，团长、曲艺演员土登和曲艺演员米玛获优秀演员奖，获奖的曲艺节目有藏语相声《四不像》、扎年弹唱《门岭之战》(片断)、扎年弹唱《扎西杰波》等。拉萨市歌舞获"先进集体"光荣称号。

拉萨市歌舞团能成为优秀集体是因为有个优秀的带头人，那就是团长土登。建团初始，由他发起制定的"四个不能变"原则，他一直身体力行地加以贯彻。如："条件改善了，坚持向人民群众学习、从人民群众当中吸收营养的创作路子不能变"的创作原则。他认为，一个演出团体，最重要的是要有好的节目。因此继承优秀的传统，不断创新，始终是土登遵循的创作理念。建团以来他参与创作和上演过无数新作，最初他上演的藏语相声《治穷致富》曾在广大藏民中产生极大反响；其后，他因上演藏语相声《四不像》获优秀演员奖；他在1982年全国曲艺优秀节目(南方片)观摩演出中，又因在扎年弹唱《门岭之战》(片断)中的杰出表演，荣获演出一等奖，而这个节目在以后的演出中频繁获奖，成为拉萨市歌舞团曲艺队的保留曲目，为曲艺队也为拉萨市歌舞团赢得极大声誉。

在他的带领下，拉萨市歌舞团成就为一支特别能战斗的文艺队伍。每到农牧区的演出，不管多苦多累大家意气风发、斗志昂扬。有的演员因高原缺氧休克过去，被大家抢救过后来，休息两天第三天又上场演出。一次在札达县二十天中演出二十一场，已经筋疲力尽的演员们在归家途中休息时得知，附近牧场有七户牧民从来没看过文艺演出，大家又按照土登团长"正正规规地演一场"的指示，为七户牧民十七位观众正正规规地演出了两小时。牧民们拿出所有好吃的——酸奶、酥油茶、香甜的奶渣，含泪相送。土登以榜样的力量治理着拉萨市歌舞团和曲艺队。

山南地区文工团　　综合文艺演出团体。1972年建立。前身为业余性质的山南地区文化工作队。

山南地区文工团自建团以来就坚持为广大农牧民服务的方针，全团每年平均要演出近百场，其中为广大牧民的演出就占百分之八十以上。他们在下乡演出的过程中，特别重视向民间学习，并且邀请艺人到团内来辅导。坚持从群众中吸收营养，提高创作水平和演出质量。此外，该团还十分重视对业余文艺宣传队的辅导，特别是对业余艺术骨干的辅导和培养。

1976年(第十六绕迥火龙年)元月，在西藏自治区全区专业文艺会演中，该团创作演出的藏语快板《雅鲁河畔夸农机》获优秀节目奖。

1982年(第十六绕迥水狗年)该团参加了西藏自治区举行的全区小型节目会演。其中仁青创作的藏语相声《尼玛老师回来了》获创作二等奖；克珠创作的折嘎《物交会的喜讯》获创作三等奖。

1983至1984年(第十六绕迥水猪至木鼠年)该团又创作演出了许多曲艺、歌舞新节目。其中曲艺节目有由克珠创作的折嘎《今日西藏》、《祝远方的贵客吉祥如意》，藏语相声

《第一课》、《门》，藏语快板《责任制的好处说不完》等。这一年全团演出的场次达一百零一场，其中为农牧民演出了八十四场，观众共计达八万五千八百五十人次。

1985年(第十六绕迥木牛年)，山南地区文工团又带着曲艺、歌舞节目赴拉萨参加自治区举行的全区第五届专业文艺会演。折嘎、藏语相声等曲种参加了演出，其中藏语相声《藏族民间谚语》获创作三等奖。

山南地区文工团自成立以来，在创作和演出方面重视宣传党的方针政策，及为改革开放和社会主义建设服务。他们的演出丰富了各阶层人民，特别是广大农牧民群众的文化生活。同时，他们还注重对民族曲艺及民族歌舞的创作，尤其是注重对民族曲艺的挖掘整理和创新发展。如藏语快板的创作和演出，在全区的文工团中，该团是创作演出最早、最多，且坚持时间最长的。此外，对折嘎、藏语相声以及各种说唱、小品等的创作演出，无论从数量到质量，在全自治区中也是名列前茅。值得一提的是该团的创作员克珠，他是山南地区扎本县宁玛依小寺庙“结林措巴”的世袭活佛，他具有深厚的藏文化根底，并善于吸收现代意识和手段，创作了许多杰出的文学艺术作品。该团演出的许多获奖节目，诸如藏语快板、藏语相声、折嘎等的演出本，均是由他创作，这些曲目的曲本收入了他个人的曲艺作品集《笑林春雷》中。

日喀则地区文工团 综合文艺演出团体，前身为1971年(第十六绕迥铁猪年)组建的日喀则地区宣传队，后于1977年更名为日喀则地区文化工作队。1983年(第十六绕迥水猪年)，经西藏自治区党委决定，正式定名为日喀则地区文工团。

日喀则地区宣传队的队员，大部分来自该地区各县的业余文艺爱好者。建队之初人员少，条件差，为开展该地区的文化娱乐生活，全队人员齐心协力克服困难，发挥一专多能的本领，既要会唱歌跳舞，演奏乐器，又要会表演折嘎、藏语相声等曲艺节目。没有专职的创作人员，所演出节目除向民间艺人及兄弟单位学习外，更多是靠该队成员集体创作。

1979年(第十六绕迥土羊年)，日喀则地区文工队与山南地区、昌都地区文工队组成西藏代表队赴北京，参加中华人民共和国成立三十周年庆典活动的演出，该队的扎年弹唱获文化部颁发的表演一等奖。

1981年(第十六绕迥铁鸡年)10月该文工队参加了西藏自治区在拉萨举行的全区曲艺会演，由才旺表演的扎年弹唱《迎新春，建西藏》获表演一等奖，该作品获创作三等奖。

同年，文工队新创作的折嘎及歌舞等节目，在日喀则地区与广大观众见面，这台节目的演出受到观众好评。然后，他们又带着这台节目去山南地区作巡回演出，受到欢迎。

随着西藏地区形势的发展，以及为满足人民群众对文化生活的需求，1983年(第十六绕迥水猪年)经西藏自治区党委决定，将日喀则地区文工队正式定名为日喀则地区文工团。他们意识到了肩负的重任，并在创编和演出中去努力进取。

1984至1985年(第十六绕迥木鼠至木牛年)，该团创编了一台继承后藏地区传统艺

术并有所创新发展，反映现实生活内容的节目，尤其突出的是金巴洛珠先后创作了藏语相声《笑》、《讲礼貌》、《阿姨比妈亲》、《文学的宝库》等影响甚大的节目。1985 年 10 月在拉萨举行的全自治区第五届专业文艺会演中，藏语相声《文学的宝库》获创作二等奖、表演二等奖；女声扎年弹唱获创作三等奖、表演三等奖。

日喀则地区文工团从其前身组建之初，历来都非常重视创作和演出曲艺节目，折嘎、扎年弹唱、藏语相声等曲种的演出，均受到观众的热列欢迎和好评。尤其是由金巴洛珠创作，由顿珠、拾达用后藏方言演出的相声更受欢迎。日喀则地区文工团的演职员们一直长期活跃在日喀则地区的每个角落，为丰富和满足当地的农牧民文化生活服务。

那曲地区文工团 综合文艺演出团体，前身是 1972 年(第十六绕迥水鼠年)筹建的那曲地区文化工作队。1981 年(第十六绕迥铁鸡年)正式定名为那曲地区文工团。文化工作队建队之初有演职员二十多人，更名为文工团后，至 1985 年演职人员发展为三十九人。

那曲地区文工团是个综合艺术的专业演出团体，除排演歌舞节目外，还有曲艺节目。如 1984 年(第十六绕迥木鼠年)新创作的藏语快板《生产责任制是金钥匙》，群口折嘎《西藏形势无限好》等曲艺节目，其形式和内容极贴近群众生活，因此到牧区演出很受农牧民的欢迎。

1985 年(第十六绕迥木牛年)，该团创编了一台具有藏北牧区特点的曲艺、歌舞节目，参加了在拉萨举行的全自治区第五届专业文艺会演，其中演出的《格萨尔》说唱获创作三等奖、表演三等奖。

那曲地区属西藏北部高寒地带，一年有八个月的寒冷时间。尽管如此，那曲地区文工团自 1981 年建团以来就一直坚持创作、排练和演出，他们积极向老艺人、向老牧民学习、挖掘、继承本地的民间艺术传统形式，借鉴吸收外来的现代手法，创作、演出一大批具有浓郁时代气息和具有那曲地区本土特色的曲艺、小品、歌舞等形式的节目。1981 年以来，他们坚持面向基层、面向农牧民群众，辗转数万里，演出近二百场，观众近八万人次。

江孜县文艺宣传队 江孜县文艺宣传队于 1974 年(第十六绕迥木虎年)建立，是一个乌兰牧骑式的演出团体。建队初期，他们是白手起家。没有房屋和场地，就借一所破房子住；没有服装道具和乐器，就开荒种地，用种地获得的收入置办服装道具和乐器。

这个文艺宣传队的演员，都是来自农牧区的文艺宣传骨干。为了丰富农牧民的文化生活，宣传队员们每年都要为农牧民群众演出上百场的曲艺音乐、歌舞等节目。演出中，他们不用接送，始终坚持主动上门演出。哪怕是最苦最远的村庄和牧场，他们每年也要去几次。

建队十年来，江孜文艺宣传队从小到大，由只能演一些小歌舞，发展到可以演整台的传统曲艺、民族歌舞和藏戏。近几年来，宣传队经常深入基层，向老艺人学习传统民族文艺，积极挖掘民族文化遗产。在对传统藏戏挖掘、整理的同时，进行大胆改革，增强了民族艺术的感染力。如今，他们改编了《朗萨姑娘》、《洛桑王子》和《文成公主》，创作了反映本县

历史上宗山抗英事迹的藏戏《宗山激战》，抢救整理了藏族传统艺术"洛谐"、"拉谐"、藏语快板等。他们还创作了二百四十多个具有浓郁民族特色和地区特点的藏语快板歌舞节目。1981年，江孜县文艺宣传队受到了全国农村文化工作会议的表彰和奖励。在其后举行的全区业余群众文艺调演中，又受到自治区群众艺术馆的奖励和广大观众的一致称赞。

康马县文艺宣传队　　康马县文艺宣传队成立于1984年(第十六绕迥木鼠年)，是一个乌兰牧骑式演出团体。他们不仅每年为本县群众巡回演出，还曾为日喀则地区十五个县(市)的群众义务演出，参加过自治区和日喀则地区的大型调演活动。他们不但自编自演舞蹈、小品、相声等二十余种节目，还能演出大型藏戏《朗莎》、《卓娃桑姆》等，曾多次受到有关部门的表彰。

康马县文艺宣传队的工作和生活条件很差，宣传队的排练厅和队员的住房，是借用该县水利队的旧房子；乐器、服装、道具等是从西藏自治区各文艺单位和地区群众艺术馆借的，且陈旧不堪；队员们每月的工资平均只有一百零五元。为此，尽管县财政十分困难，每年都要给康马县文艺宣传队拨出四到六万元的经费，维持宣传队工作和生活的基本开支。

就在这样困难的条件下，康马县文艺宣传队自编自演了折嘎小品、相声、舞蹈等深受农牧民喜爱的节目。他们常自带行李、干粮、夜宿在东风汽车里，到全县的乡村、驻军部队中演出，受到当地老百姓和解放军官兵的欢迎。康马县文艺宣传队是一支过得硬的乌兰牧骑式文艺宣传队。

群众艺术馆

西藏自治区群众艺术馆　　西藏自治区群众艺术馆成立于1975年(第十六绕迥木兔年)。1980年(第十六绕迥铁猴年)创办了《西藏群众文艺》藏汉两种文字季刊。建馆以来，十分重视对本民族文化遗产的抢救、挖掘工作，曾多次派专人赴各地搜集整理并出版了《西藏民间文艺资料汇编》、《藏戏专集》、《藏族民歌》、《八大藏戏》(小集)、《嘎尔巴》、《西藏民间故事》(第一集)等卷本，并于1979至1982年(第十六绕迥土羊至水狗年)全国优秀民间文学评奖活动中荣获一等奖。此外，还积极支持协助拉萨市歌舞团曲艺队的工作，如1981年(第十六绕迥铁鸡年)协助拉萨市歌舞团曲艺队购置服装、乐器，并组织曲艺队到日喀则、山南地区巡回演出，1982年艺术馆次仁卓嘎、索朗旺堆协助组织曲艺队赴江苏省苏州市，参加文化部、中国曲艺家协会联合举办的全国优秀曲艺节目(南方片)观摩演出活动，并取得了成功。

山南地区群众艺术馆　　群众文化事业单位。1980年(第十六绕迥铁猴年)6月建立。隶属山南地区文化局。

山南地区群众艺术馆坚持面向农牧民群众，为群众服务，为基层服务。先后帮山南地

区所属的乃东、洛扎、朗县、措美、桑日等县成立了业余文艺演出队，并进行定期辅导。同时还举办各种艺术专业的培训班，如曲艺、音乐、舞蹈等培训班多次。

该艺术馆重视对民族民间艺术遗产的抢救和整理工作。其中曲艺方面，对山南地区的折嘎、喇嘛玛尼、堆巴谐巴、古尔鲁等做了大量的搜集工作，并整理出版了《雅垄扎西雪巴》一书。

协　　会

中国曲艺家协会西藏自治区分会　中国曲艺家协会西藏自治区分会是西藏各民族曲艺工作者自愿结合的专业性的群众组织。1981 年(第十六绕迥铁鸡年)12 月 12 日成立。第一届代表大会与中国戏剧家协会西藏分会共同召开，第一届理事会与中国戏剧家协会西藏分会合并组建。理事会名誉主席阿玛次仁(藏)，主席大旺堆(藏)，副主席胡金安(汉)、土登(藏)、周刚(汉)、多布杰(藏)。中国曲艺家协会西藏分会理事八人，土登为副主席，米玛、索朗次仁等为理事。中国戏剧家协会、中国曲艺家协会西藏分会共有会员二十六人，其中中国曲艺家协会会员八人。

中国曲艺家协会西藏分会自成立以来，遵循中国戏剧家协会、中国曲艺家协会西藏分会章程，团结全区曲艺工作者和全区人民一道，“在党的领导下，坚持‘四项基本原则’，坚持马列主义、毛泽东思想，为建设团结、富裕、文明的新西藏而奋斗”的原则开展工作。

中国曲艺家协会西藏分会经常配合中国曲艺家协会和西藏自治区文联开展和组织西藏地区的曲艺活动。如 1982 年(第十六绕迥水狗年)和西藏自治区群众艺术馆一起，组成西藏曲艺代表队赴苏州，参加了在那里由文化部主办的全国曲艺优秀节目(南方片)观摩演出，并取得好的成绩。西藏曲艺代表队演出的节目双人折嘎《贺喜》、仲谐《尼曲桑布》、藏语相声《歌舞的海洋》、扎年弹唱《格萨尔王传・门岭之战》(片断)均获奖。还多次组织由土登亲自带队的曲艺小分队，深入到山南、日喀则、那曲等地区为当地的农牧民以及驻地解放军作巡回演出。并在拉萨市组织了曲艺以及戏剧小品的比赛等。为活跃西藏群众文化活动，丰富藏族同胞的文化生活做出了应有的贡献。

中国曲艺家协会西藏分会自成立以来，每年年终的年会除对一年的工作进行总结外，还要发展新会员，至 1985 年(第十六绕迥木牛年)又发展了四名会员。

演 出 场 所

岭仲的演出场所　岭仲长期流传在民间，其演出场所没有严格的规定，只要有听众，无论是帐篷、草场、朝佛路上以至寺院，不管是一个人两个人，三个五个人都可以说唱。由于人们将格萨尔奉若神明，一般在喜庆的年节说唱的较多，但有的地方禁止在寺院说唱，其原因说法不一。有的认为《格萨尔王传》说唱的是征战故事，宣扬了杀生，这与黄教教义不符；有的地方传说拉萨哲蚌寺的护法神乃琼，是被莲花生大师调伏的霍尔旺，由于怕触怒这位护法神而不能在寺院中说唱；也有认为宗教人士并不一定反对岭仲艺人的演唱活动，只是认为若将《格萨尔王传》这样长篇的故事传入寺院，会扰乱僧众的心，影响他们专心致志学经。为此，藏族艺人阿达尔、贡却才旦年轻时，都曾被那些爱好《格萨尔王传》的喇嘛们请到寺院外面的山上，由喇嘛们集资备菜饭来供他们说唱。

松觉热广场　喇嘛玛尼演出场所。"松觉热"藏语为讲经场，这是位于拉萨八廊南街靠著名的大昭寺南侧的一个广场，每逢藏历元月在拉萨举行传召大法会期间，经常有高僧、活佛在向广大的僧众和喇嘛讲经外，也常常有不少的喇嘛玛尼说唱艺人在这里进行演唱，他们的听众都是游八廓街的信教群众。

拉萨市商业局礼堂　综合性演出场所。座落于拉萨市八廓街南边拉萨市商业局院内的拉萨市商业局礼堂，1959 年（第十六绕迥土猪年）民主改革初期是个能容纳三百多人的一个电影院，当时因为拉萨没有几个正规礼堂，所以这个礼堂不仅作为一个电影院，而且在这里经常进行一些群众性的演出活动。

在这里曾演出过许多曲艺节目，如当时最流行的藏语相声、藏语快板、折嘎等，一直持续到"文化大革命"后期。二十世纪八十年代后被改造为居民大院。

拉萨市影剧院　综合性演出场所。位于拉萨市城关区政府的对面。拉萨市影剧院初建于民主改革后期，这里在经常放映电影的同时，也是拉萨各专业剧团演出的重要场所，这里曾举行过西藏解放后首届故事说唱和岭仲说唱比赛，二十世纪八十年代后已改成专业影院。

劳动人民文化宫　综合性演出场所。位于布达拉宫广场西南的拉萨劳动人民文化宫，建于二十世纪六十年代，是拉萨较正规的一个礼堂，除放映电影外，在这里经常举行各种演出活动，曲艺艺术是这里更受群众喜爱和欢迎的艺术种类之一，后改为歌舞厅。

演 出 习 俗

西藏地区曲艺的演出习俗多与宗教节日、民俗节日有关，尤其是喇嘛玛尼、岭仲、折嘎、堆巴谐巴、仲谐、百、古尔鲁等，都有属于自己的演出习俗。而其他曲种如扎年弹唱、藏语相声、夏等，虽无严格的习俗规定，但其演出也多是在民俗活动、地方节日中，尤其是在喜庆的婚宴时，必有扎年弹唱、夏的艺人参加演出以活跃气氛，而大型的节日演出则必有藏语相声助兴。

喇嘛玛尼的演出习俗　喇嘛玛尼的演出是有时间规定的，一般都在藏历年前一段时间和藏历四月份“萨嘎达瓦节”（藏族重要的宗教节日）时，喇嘛玛尼艺人才出来演唱。演出的地点大都选择在较大的城镇街头和喇嘛寺庙外进行。演唱时一定要在自己的藏装外再披一件喇嘛的红袈裟，以显示自己“洛钦巴”（即喇嘛玛尼艺人）的身份。在说唱前，先要把将要演唱故事的唐卡正规地挂起来，唐卡的正面要摆放七盏净水的供品，点上一盏酥油灯和一炷香。然后吹起海螺召唤自己的听众，等听众聚齐后方才开始演唱。

岭仲的演出习俗　岭仲的演出习俗依艺人类别的不同而各不相同。

“神授”艺人，他们在选择好演出地点后，先要在一旁点燃一堆松树香，然后盘腿坐在地上，手里抓一把青稞撒向天空，带上说唱帽进行真诚的祈祷后才开始演唱。

“圆光”艺人，在演唱前先要设一神坛，以迎请“佣珠玛神”。然后在自己面前的盘子里倒满青稞，并在青稞上摆放演唱的主要道具铜镜。再于铜镜前面摆上酥油灯、七盏净水，点燃酥油灯和一炷香，铜镜后面摆放一条哈达。一切完毕后在祈祷声中对着铜镜开始说唱，以象征从铜镜里看到今天自己所唱的故事。

“闻知”艺人，有的在演唱时喜欢挂上一幅绘有格萨尔的唐卡，面前也要摆放供品、净水，点香后开始说唱。

而所有岭仲艺人相同的习俗是：在演唱时一定要戴上特制的说唱帽，有的手里还要拿着佛珠。

折嘎的演出习俗　折嘎艺人为使观众容易识别自己的身份，演出前一定要将自己的折嘎面具披在肩上，将说唱木棍别在腰间。为了象征自己“三白”的特点，即身白如雪山，心白如羊奶，意白如洁白的哈达，一般都喜欢穿白氆氇衣服。折嘎艺人演唱过程中，如有主人向艺人的大木碗中倒青稞酒，艺人在喝酒前向三宝神敬点三下后，要大声向主人献上一段吉祥的祝词。

堆巴谐巴的演出习俗　堆巴谐巴演出的人数一般随演唱场地而定，在比较隆重严肃的大场合，如婚姻大典、重大节庆，参加演出的人数相对比较多，而演出场地规模较小，参加演出的人数就较少。演唱堆巴谐巴的艺人着装一般都很讲究，男性艺人一般都要戴大红盖帽，身着绸缎或黑色氆氇衣，脚穿藏靴。女性艺人则要头戴藏族妇女特有的头饰"巴珠"。演唱时男女艺人都要高举银壶、银杯。这些着装是演出必备的，也只能在演出的特殊场合才能如此装扮。

仲谐的演出习俗　仲谐演出的场地大都在田间地头、自家房子或帐篷里进行。传统的演出习俗是要在仲谐艺人面前放上一盘炒青稞和一只羊腿，让艺人边吃边说，直到讲完整个故事为止。

百的演出习俗　演唱的场地一定是在比较隆重的节庆场合。演唱者必须身着盔甲，手持古代兵器。

古尔鲁的演出习俗　古尔鲁一般都是在寺庙里由高僧大德进行吟诵。在吟诵时都要按照各自教派的规定，在寺庙里点上供灯，摆上供品，在一个非常神秘肃穆的气氛中，高僧戴上僧帽，打开经书进行吟诵。

文 物、古 迹

喇嘛玛尼云游僧人石刻　喇嘛玛尼云游僧人石刻画现位于西藏后藏名寺夏鲁寺附近的一座残破的白塔旁边，镌刻于十一世纪。夏鲁寺在西藏佛教后宏期初期所建的著名古老寺院，位于日喀则东南十公里处的丛堆区。丛堆是藏语商市的意思，相传这里是吐蕃十大商市之一。如今可见的夏鲁寺即为元仁宗延祐七年（第五绕迥铁猴年，1320）扩建后的建筑。寺院扩建后，扎巴坚赞迎请负有盛名的布顿大师担任寺院主持，于是寺院僧人云集，声望日盛。

夏鲁寺的建筑风格在西藏寺院建筑中十分特殊，是典型的藏汉建筑综合体，设有正殿、配殿和前殿，轴线明确，左右基本对称。四个殿堂均设有琉璃歇山顶和飞檐翘角，殿堂里图案多样，有飞檐、仕女、狮虎及花卉，栩栩如生；周围有十六罗汉；回廊中绘有国政七宝、八吉祥图案壁画。（见图）

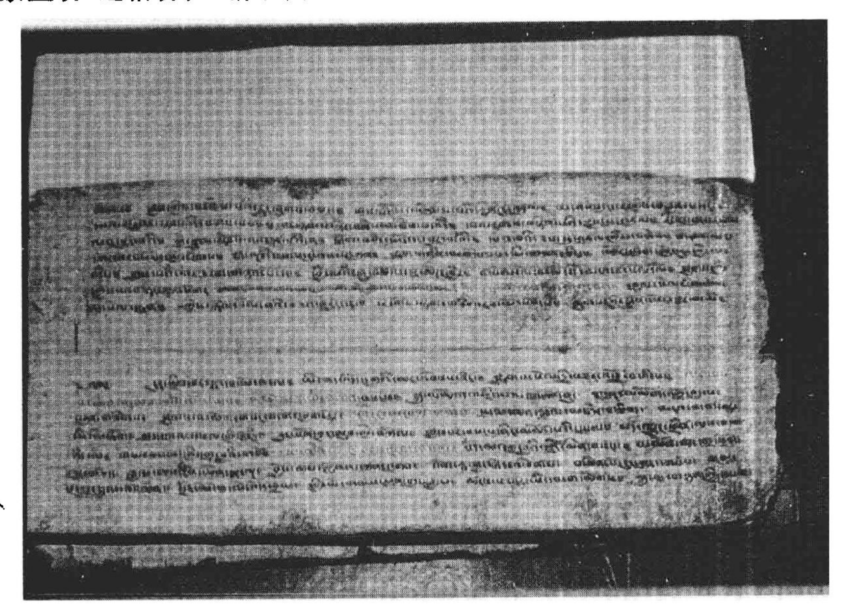
六字真言石刻　帕邦卡，藏语意为“顽石上”，因殿堂修筑在顽石上而得名。现位于拉萨北郊九公里处色拉寺西侧的山坳里。

帕邦卡约建于九世纪，传说在小昭寺建造之前，松赞干松曾在此修行，并在宫殿居住，巨石下的山洞即松赞干布修行的地方。

据有关史料记载，当时宫殿高九层，以砖块建筑，用铜汁灌缝，建筑四周用四根铁链固定。这里不仅是松赞干布修行的场所，也是当时一个很重要的政治活动场所，据《帕邦卡志》载，松赞干布曾在这接待外国使者，谈论著事。吞米桑布扎从印度创造藏文归来，也是在这里向藏王献词，并第一次用藏文书写六字真言，刻于石上。吐蕃时期，帕邦卡一直是重要的佛教活动场所，经常保持有一百多名僧人在此颂六字真言，而六字真言后来也成为喇嘛玛尼说唱艺人必须吟颂的不可缺少的重要内容。（见下页图）



岭仲《门岭之战》手抄本　全书长五十厘米左右、宽约十四厘米。近十五万字。说唱本语言朴素生动，通俗易懂，情节曲折复杂。现藏西藏自治区博物馆。（见下图）。



轶闻传说

西藏各地与格萨尔有关的传说　　格萨尔在民间的传说，洒遍了青康藏高原，俯拾皆是。有不少老牧民能讲得活灵活现，诸如战场、遗址、遗物等等。

辛巴的寿发和盔甲。那曲羌基（藏北总管）金格家庭自称是辛巴的后裔，其家中之男人均系红卷发，发梢有分支，这是辛巴后裔的证明。其女噶卓说：家有辛巴出生至去世之间的寿发；有辛巴的全副盔甲，其家之奴曾穿试过，甲长过膝，盔之护耳及肩。甲与寿发放在一个专门供奉的帐篷里供养，只有过年过节时才准进去拜见，而且有很多哈达遮盖，根本看不清楚。这两件物品于1965年焚烧了，甲片烧不燃，丢到河里。有两面铜镜被县干部拿走。

安多、那曲县一带的牧民自称是魔王阿炯的老百姓。其理由有三：第一是他们住的黑帐篷的前门和后帏上均有一幅宽三十余厘米的白布（羊毛制成）标帜，有了这个标帜，魔王阿炯见了，便知道是自己的老百姓，不再伤害他们的人畜。而巴青、索县一带是岭国的地盘，那里的帐篷则全是黑的，即使是世世代代居住在魔国腹地的金格一家的帐篷也全是黑的，因为他们是辛巴梅乳孜（岭国大将）的后代，不属魔王管辖。第二条是猎获物平均分配：魔国老百姓打猎，在皮和尾骨未分开之前，到场者均有份，这是魔王之妹阿达鲁牡留下的规矩，至今仍然袭用。第三是牧民爱掷骰子玩耍或赌博，这些活动必须在草坝子里进行，不准在家里，因为掷骰子容易招来饿鬼，饿鬼是最喜爱掷骰子赌博的。但是，魔国老百姓不忌讳这个，他们不害怕魔鬼。

辛巴灵墓。阿里地区西四县普兰、扎达、噶尔、日土是霍尔国的领土，由辛巴梅乳孜管辖，外霍尔在新疆境内。日土寺内有一个拉康（神殿），拉康内有辛巴灵墓，墙上有壁画，人们在灵墓内挖到了尸盐和灰烬。日土县有一雪山叫囊底噶波山，是辛巴的灵魂山，当地群众每年祭祀三次。

革吉县盐湖区强麦是阿达鲁牡的出生地。多普山便是阿达鲁牡的拴马桩，有阿达鲁牡的红宗（藏语叫"宗玛姆"）。"阿达鲁牡坐禅的洞"在沃马区先遣三队，洞很深，石阶很高，还有她的灶灰堆。

索·旃檀寺——珠牡诞生地。索县县机关南面有珠牡的父亲噶嘉洛·丹巴坚参的红房和珠牡诞生的传说。传说在珠牡出生的时候，苦人旁（杜鹃崖）上杜鹃鸣，雅拉山（耗牛山）上玉龙叫，拉隆山谷（神仙谷）神赞颂，达隆山谷（哈达谷）哈达飘，天空霞光万道，瑞气

千条，五彩缤纷，景色异常，数九寒天，不飘雪花而细雨蒙蒙，珠牡落地，脐带流血，血迹上生出一株檀香树来，芳香四溢，后来檀香树长大，用该树做柱子建寺，取名檀香寺，藏语叫索·旃檀寺。该寺建在索县县机关南一公里许的一座小山上，该山像一头卧象，寺庙依山而筑，据说是仿照布达拉宫修建的，只是规模小一些。该寺未建前，地名叫尧嘉洛·康玛，即嘉洛的红堡。红堡附近有地名叫"左姆热"，是嘉洛家的奶牛场，珠牡挤奶的地方。

格萨尔与珠牡石像。在黑昌公路线上索县县机关南面五六公里处，雅拉山(意为牦牛山，因该山状似牦牛)东端，索曲河畔，在公路未通车前，是一处悬崖峭壁，怪石林立。河两岸的岩石原来是在一处的，被格萨尔一剑劈开，名叫"森布雅玛喀"，意为魔鬼上下唇。这里有两座石像，传说是格萨尔伏魔战斗尚未结束，坐在地上稍事休息，珠牡在东面站立，向格萨尔敬酒饯行，依依难舍。山崖上有格萨尔射魔王的箭孔，有格萨尔向天敬酒酒洒在山上的斑点，山顶有格萨尔大鼓一面，山下有格萨尔马蹄印清晰可见。河岸边有珠牡炉灶，珠牡脚印，珠牡粮库等等，这些全是石头，经过冲刷、风蚀而成，异常美观。

晁同禅房。藏语叫"晁同巴康"。在那曲县那曲区萨噶山坡上，洞深十米，高两米，洞内有三穴，后面有窗，窗下有绝壁，洞口上方有一石钩，是修行者挂鼓的地方，洞口原修有门窗，门左边为灶，灶后有书橱，右边是卧室，当地的佛教徒视为圣地，带有人到此坐禅修行，洞口外东北方百米处有一清泉，名曰"晁同琼果"(晁同泉)。洞口不远处有晁同驱鬼抛掷的"朵玛钦波"(食团)。

岭仲艺人身上的马蹄印　据传，英名盖世的格萨尔王一生不歇地征战，终于征服了十八国，统一了雪域，完成了众仙托付给他的使命以后，他自己也已经老了，也该卸甲归天了。有一天，他骑着那匹伴他征战终生的枣红神马徜徉草原。溜啊，走啊，忽然马蹄踩着一只拳头大的青蛙，格萨尔王下马一看，可怜那青蛙被马蹄踩得粉碎而气绝。他无限怜悯它，将青蛙捧在手中抬头凝望天空，思绪万千，情绪激昂，默默联想起一生征战厮杀的往事，叹口气自语道："我以往杀生太多，而今到了生命之末又增加了杀死一条小生命之罪孽，真不该啊！"于是他把死青蛙的血肉撒向空中，抛往四面八方，然后虔诚地祈祷说："愿此青蛙成为格萨尔王业迹的传播者，为了不使世人腻烦，愿传播的唱腔及唱词各异就像一匹雪青马的杂毛一样各色俱全！"后来，格萨尔的祈祷灵验，当时那死青蛙的每一点一滴血肉都托生为一个岭仲说唱艺人，而且在他们每个人的身上有一个蹄印，有的在皮肉外人们可以看到，而有的在皮肉的骨头上人们看不到。

据说，只要是神授艺人，在他身体的某个部位就有马蹄的掌印。至今保存完好的扎巴老人的头盖骨上确有着清晰的马蹄掌印。

扎巴老人的神授传说　扎巴生于清光绪三十二年(第十五绕迥火马年，1906)。自称能演唱《格萨尔王传》三十六部，包括小宗在内共四十三部，长达八百万字左右。问他是怎样学会的呢？他说：

“在我九岁那年，有一天我疯了，我不喜欢见任何人，看到任何人都讨厌，我跑到山上躲藏起来，藏到哪里，连我自己也莫明其妙。原来我在山上做了一个梦。我见到一个白盔白甲的英俊小伙子对我说：‘你快跑吧！在这里干什么？他们要抓你。抓住你就要被他们杀掉。’

“我跑呀跑呀，来到了一个很美丽的地方，是一个大坝子。坝子上架满了帐篷，帐篷上镶补着各种兽皮花纹，虎皮、豹皮、熊皮、狼皮，非常威严。帐篷里有很多人，坝子上也有很多人。坝子中央有一面狮子旗，旗下面的人白盔白甲。帐篷周围各有营盘，黄旗下面黄人黄马，黄盔黄甲；红旗下面，红人红马，红盔红甲；绿旗下面绿人绿马，绿盔绿甲。各色旗马，旗号鲜明。我是个小孩子，从来没有见过这样热闹，一下子看呆了。

“突然间，有一个青人，牵着一匹青马，向我走来。我一看不好，心想还是走了好，但怎么也跑不动，我抱住一棵柏树，不敢动弹。那青人一把抓住我，往空一摔，我晕了过去。他叫我脱下衣服，我不敢不脱。他从怀里掏出一粒子弹，在我的肚皮上划了一下，肚皮划开了，五脏六腑流了一地。他说：‘看你的肚子里都是些什么东西？全是脏东西，我给你换一换。’

“他将我肚子里的东西全部掏空之后，拿来了很多书往我肚子里装。先从中间垒起，从小肚子垒到脖子下面，而后垒左面、右面，书装满了一肚子。将肚皮拉拢之后，又用一种白东西将肚子缝封好，还说，这些书可以使你长寿。

“青人说：‘你认得我吗？我是格萨尔大王的大英雄丹玛江杰，现在将你肚子里的脏东西掏出来，装上这些书，你就会说唱格萨尔故事了。说格萨尔王传不能看人家给你的东西多少才说，只要是愿意听的人都是岭人的后代，你就要讲；凡是不愿意听的，便是魔鬼的后代，你也不必给他们讲。’

“他放了我，便不见了。家里的人找了我三天，没有找到，以为我已经死了，打算为我祈祷。

“我叔叔在山上找到了我，我满脸泥污，身上还有人踩过的脚印。那个地方并不僻静，好多人到那里去找，说也奇怪，脚踩在我身上我都没有发现。

“阿妈也来了，她马上挤了牛奶，加上一点糌粑，用勺子往我嘴里喂。我神志不清，尽说胡话。他们说我疯了，有的人说我中了邪，有的人说我在下神，有的人说我在唱格萨尔，到底是怎么啦，谁也说不清。

“阿爸把我送到边巴寺去求活佛，边巴活佛就是丹玛江查的化身，是位大成就者，他告诉阿爸，说我不会死，是魂丢了；还说：‘你的儿子会说唱格萨尔，比一屋子金子还宝贵呀！’

“边巴活佛用大锅给我洗了澡，将我流的鼻血洗干净，开启了天门，我便会唱《天岭占卜九藏》了。从此，我在边巴寺活佛处住了三年，他为我做了一顶“仲夏”(故事帽)。后来我便越唱越多了。”

玉梅的神授传说　玉梅，女，藏族，1959年（第十六绕迥土猪年），那曲地区索县人，从小放牧牛羊。十六岁开始说唱《格萨尔王传》，她不识藏文，没有从师学艺，却能把数以千计的人名、神名、地名、山名、水名、禽兽名、战马名、武器名、药物名、珍宝名……说得清清楚楚。她是怎样会唱《格萨尔》的呢？

据她说："在我十六岁那年的春天，我和次仁姬牡共同放牧着生产队的一群牦牛。有一天，我俩赶着牦牛到山上放牧，那时的草刚刚返青，太阳也格外暖和，牦牛到处跑着吃着青草。我俩玩一会儿，便睡着了。次仁姬牡一觉醒来，揉了揉眼睛，四下里望了一望，天已经快要黑了，她用手推了推我，我睡得像死人一样，怎么也推不醒。她自己站了起来，拿起'吾朵'（放牛鞭），一个人将牦牛赶在一起，而后又到原地去找我。说也奇怪，她没有找到我，到处喊也喊不应，只好独自赶着牛群回家。以上这些话都是她后来告诉我的。

"我到哪儿去了呢？我正在做梦。我梦见：草原上鲜花盛开，百灵鸟叫得特别好听，也不知道是谁家的好多牦牛在低着头吃草。

"在我的面前有两个大湖，左边的一个湖水墨绿，深不见底；右边的一个湖水透明，晶莹发亮，银光闪闪。忽然间黑水湖里波浪翻滚，钻出来一个红脸妖怪，长长的红头发披在肩膀上，直拖到膝盖，两只红眼睛像一对灯盏，闪闪发亮，血盆大口里长出两根獠牙，身穿黑衣黑裤，两只黑脚像牛蹄子。它的后面有一匹黑马，马鞍的前桥是人头骨做的，后桥是虎头骨做的，马鞍下面垫着一张人皮，人皮的头部有洁白的牙齿、眼睛、鼻子看得清清楚楚，头发蓬蓬松松，四肢指（趾）甲齐全，好像刚剥下来的人皮一样。那妖怪右手拿着一只尚未吃完的人手，左手拿着一块黑布，他用黑布缠着我的右臂，将我往黑湖里拖，我非常害怕，挣扎着大哭大喊阿妈、阿爸。

"正在这个时候，白湖里走出来一位年轻美貌的姑娘，圆圆的脸蛋像月亮一样洁白，头戴五佛冠，上面镶嵌着珍珠玛瑙、松儿石、珊瑚等珠宝，身穿金黄绸子衣服，腰间束着像彩虹一样的围裙，红衬衣格外鲜艳，牵着一匹鹅黄色的骡子，缓缓地向我走来。她将手中的哈达一甩，缠住了我的左臂。

"她厉声对妖怪说：'这姑娘是白骨头（意思是出身高贵），为什么要把她拖进黑湖？她是我们格萨尔的人，我要教她一句不漏地将格萨尔的英雄业绩传播给全藏的老百姓'。

"他们一个拉着我的右手，一个拉着我的左手，往两边拉扯。我当然是往姑娘这方面倒。那红发妖怪用劲猛拉，黑布拉断了，妖怪无法，向我啐了一口，吐得我满身血猩；又狠狠地瞪了我一眼，钻入黑水湖里去了。

"我气喘吁吁，庆幸自己没有被魔鬼抢去，非常感谢那位姑娘。她从怀里掏出来一条洁白的上品哈达，给我擦去脸上的血迹，又擦净我身上的血迹，而后将我带到白湖边上，要我到她家——白湖里去玩。我说要去找阿妈。她看了看我，见我哭得很可怜，答应了我的请求。

“她将哈达绾了九个疙瘩，结成了一个圆圈，套在我的脖子上说：‘你去吧！阿爸、阿妈在等你呢！’我向她合十叩头，表示感谢。

“突然，白湖里又出现了一位英俊的白衣少年。那少年身披银甲，头戴银盔，身穿白袍，威武异常。他骑着一匹洁白的神马，马鞍的前桥是金子做的，后桥是银子做的，两片页板是洁白的海螺制成的，鞍垫是黄色的，镫也是金黄色的，在阳光下光芒四射，耀眼夺目。

“他问那姑娘，为什么要将我放走？那姑娘说是她把我从妖怪手中夺了回来，以后教我唱《格萨尔》。

“她俩又嘀咕了一阵，也不知道说了些什么，后来她又将我的衣服脱下，在白湖里给我洗了一个澡，又给我换了一套新衣服。那姑娘从她的头上取下来三块松耳石，给我佩带在头上。

“那少年拔了九根白马的鬃毛，绾了三个疙瘩，给我戴在脖子上，对我说：‘你以后就是我们的人了，可以回家了。’

“我一转脸，他俩都不见了。我左看右看，找不到回家的路，正当我着急的时候，从天上飞来一只神鹰缓缓地落在了我的身旁。那神鹰钩子嘴，金黄眼，两只翅膀展开时足有一庹多长，两只爪子像铁钩，羽毛乌黑发亮，和天葬台的尸鹫不一样。我骑上神鹰飞上天空，飞了好远好远，落下来一看是天葬台。台上有三只尸鹫，围着一个死去的女孩子，张着大嘴，非常凶恶。我想，这一下完了，不但没有见上阿妈，反而送上了天葬台，这怎么办呢？

“驮我的那只老鹰说：‘姑娘，把你的肉拿一块来，我要送到天上敬神上供。’我苦苦哀求，它哪里肯听，张开鹰钩嘴，在我的肩膀上啄了一下，就飞走了。我痛得大叫阿妈，翻身醒来，原来是一场噩梦，肩上还隐隐作痛。

“我看了看周围，太阳快要落山了，肚子也饿了，牦牛也不在了，埋怨次仁姬牡为什么不喊我就走了，只好一个人慢腾腾地向家里走去。

“第二天，我病了，两眼发直，不会动弹，满口胡话，不省人事，生产队长说我中了邪，用手掐我左手的无名指，也无济于事。

“乡里的医生给我打针，喂了药。就这样，一直病了一个多月，不会说话，也不吃东西，有时候阿妈口对口地给我喂一点汤水。

“我病了一个多月，眼前一直在打仗，我看到了格萨尔，也看到了很多岭国的英雄们。病好了之后，便会说唱格萨尔故事了。

“我将看到的事告诉了阿爸。阿爸说唱了一辈子格萨尔故事，是个远近闻名的仲肯。他听了之后说，你会说唱了，我的‘都协’（灵感，神授）已经传给了你，我该归天了。没多久，阿爸就去世了。”

边梦边说唱岭仲的曲扎　曲扎于1966年（第十六绕迥火马年）出生在索县热都乡，是一位沉默寡言的小伙子。从不喜听玉梅之父洛达说唱《格萨尔王传》，在两次随父母徒步前往拉萨朝拜的路上，与岭仲艺人同行，每天休息时听他们演唱《格萨尔王传》故事，也使

一个月的路程显得并不那么遥远。十二岁那年，曲扎做了一个梦，梦见有许多部《格萨尔王传》的书摆在眼前。本来作为小学一年级文化水平的他，只认得其中的一些字母，根本看不懂这些书，但梦中看到的这二十部书他却能无师自通地读下来。他一部一部地读起来，醒来后只觉得满腹《格萨尔王传》故事。从此，他便开始自言自语地说唱，白天说上一天，晚上仍然停不下来，以至从白天说到深夜，直至发展到了不能抑制的状态。母亲见状心中十分焦虑，想找热不单寺活佛永贡喇嘛来念经，然而活佛去了拉萨，母亲只好带上曲扎踏上了通往拉萨的路。

他们一路风尘到了拉萨，在色拉寺找到了永贡喇嘛。母亲说明来意，活佛热情地接待了他们。活佛戴上五佛冠，把手放在曲扎头上开始诵经，诵经毕，又将头上的五佛冠摘下来戴在了曲扎头上，约十分钟后仪式结束，曲扎顿觉头脑清醒了许多。他们在拉萨停留了一段时间，住在八廓街。曲扎首先在房东家说唱，房东听了非常满意，又把左邻右舍请来一起听。几天下来曲扎自觉越来越熟练，母亲决定回家，在归途必经之地那曲镇的远亲家中曲扎又连唱几天。此后无论是曲扎被送往那曲地区师范学校进修时，还是在回到生产队当考勤员时，只要是人们提出要求，他总是欣然从命，把自己掌握的《格萨尔王传》故事唱出来。

他还在做梦，每次做梦都会焕发出新的灵感，学会新的章部。几乎每年都会增加一两部新书，恍然觉得是格萨尔故事神在不断将故事降于他的头脑之中。

桑珠的神授传说　民国十一年(第十五绕迥水狗年，1922)桑珠出生于藏北丁青县琼布地方的一个名叫“如”的村子里。幼小时每天是躺在外祖父怀里或坐在外祖父腿上，听外祖父说唱《格萨尔王传》故事度日的。外祖父去世后的一段时间里，他变得沉默寡言，他想念外祖父，更想念那动人心弦的旋律和故事。

十一岁的一天，他照例放羊来到山上。藏北的天气就像小孩脸，一会儿一变。早上出来时还是晴空万里，到了中午却乌云密布下起了阵阵细雨。桑珠把羊拢到一个小山洞的草地旁，自己钻进洞中避雨，不知不觉地靠在岩壁上睡着了。睡梦中他与到他家无理逼债的人扭打了起来，危急时刻，格萨尔王出现了，只见他不由分说，几下就将凶恶的逼债人降服在脚下。桑珠激动地想对格萨尔王说上几句感激的话，却怎么也说不出声，他用尽了平生的力气呼喊，话未出口，人却醒了。看看四周，依然如故，方知是一场梦。

回到家里，他进入了一种头发沉、腿发软、精神恍惚的状态，梦中的一切不停地在脑子里翻腾。父亲见他终日神不守舍的样子非常焦急，便忧心忡忡地将他带到仲护寺请烈丹活佛明鉴，活佛留下了桑珠。在寺院里，他得到悉心照顾与治疗，但每天晚上他仍然做着奇异的梦。他梦见自己像活佛一样在看有关格萨尔的书，一部接着一部，十分有趣。醒来时书中的内容竟历历在目，满脑子都是格萨尔的故事。当他一切痊愈返家后，便总想着要说唱《格萨尔王传》，即便是自言自语地说上几段，心里也会觉得无比舒畅。渐渐地，邻居成为他的第一批听众，并都说他讲的要比他爷爷好。桑珠认为，说唱格萨尔王的英雄业绩不是娱乐，他是在完成一件神圣的使命，所以他要将格萨尔王的故事唱给更多的人听。为此，他成为了一名典型的流浪艺人，足迹踏遍了西藏各地。

谚 语、口 诀

岭 仲 谚 语

岭国人的嘴里，
都有一部《格萨尔》。

敢于勇担重任扛长矛的，
莫过于岭国的英雄贾察。

讲起话似流水潺潺，
打起仗如闪电哗哗。

只要内部英雄们心齐，
不怕外部格萨尔为敌。

要有格尔萨那样的口才，
要有珠牡妃那样的相貌。

是勇士威名要在敌前扬，
是智者演讲要在众人前。

射箭能控制的是射手，
说话有分寸的是智者。

岭国弟兄接踵吹大话，
见了霍尔白帐却舔唇。

是格萨尔得按身份讲话，
是珠牡妃得按地位有貌。

论的是珠牡的美丑，
争的是翡翠的价值。

虽不是神，却是格萨尔王的臣僚，
虽无胆勇，却是勇将贾察的对手。

跑着追也未追上兽的踪迹，
笑着说也未讨得人的欢意。

说出一句能刻心上，
吐出百句能解疙瘩。

最能走的马是骑出来的，
最能说的人是磨出来的。

追逐着绵羊的香肉，
在山川上盘旋翱翔。
不自量力冲入羊群，
只能碰得头破血流。

少女困苦的伴侣，
得由杜鹃来肩负。
委婉动听的歌声，
令人心旷又神怡。

"霍人"与杜鹃的歌声，
究竟谁为更动听，
只要一唱便知晓。

("霍尔"名词。不同的时期，所指的民族不同。唐、宋时指回纥，元代指蒙古人，元明之间指吐谷浑人，现代指藏北牧民和青海省土族。)

孔雀与鸽子颈上的羽毛，
究竟谁更美丽谁更光亮，
日子久了慢慢看得清楚。

苦度终生的老驴，
虽无方向可它熟悉路途。
欢度终生的老马，
虽无跑势可它行程快。
年届花甲的说唱老艺人，
虽无财产可他志气高昂。

饥饿而不吃烂草，
是白脸野驴的品性。
饥渴而不饮沟里水，
是棕色野牛的品性。
困苦而不轻掉眼泪，
是男子汉的品性。

高士胸中自有十八个矛头，
中士胸中有十个箭的秘密，
低士胸中也有马尾巴的抛飞法。
是大海里的宝石，
是群星中的月亮。

是奔驰马中的骏马，
是群星中的日月，
是畜群中的大象，
是部族中的英雄。

是经过三代人的老人，
是率领三代家畜的头牛。
是历经三百年的檀香木，
是身经百战的勇士。

人性比丝绸还柔软，
人胸比大海还宽广。

莲花长在泥水中，
却未曾有过泥淖味。

大话声音大过苍龙，
行动消失快如彩虹。

日暖舌灵，
胃饱神爽。

美丽少女的醉歌，
是少男动心的根源。

杜鹃扬声高歌之后，
小乌鸦们只有自叹不如；
苍龙振天的响声之后，
蚊蝇们颤音实在凄凉。

前语饰誓言，
后语转偏轮。

言语比汉女的绸服还柔软，
内心比有刺的荆棘还厉害。

颤动的歌儿不好听，
颤抖的笔迹不规整；
多嘴的言语无根据，
多心的人难成大事。

饮酒之日正需言辞助兴，
若无言辞就好比老牛饮水；

众人聚会之日正需灵巧的口才，
若无口才就好比哑巴聚集。

妙龄少女应具有贤德，
如果头发散乱腰带垂落，
与年老的母牛有何区别？

得到了施舍应要回报，
悭啬守财而不使用者，
与护财饿鬼有何区别？

人所问需有所答，
瞠目结舌无回音，
与呆子有何区别？

真谛之言像是杜鹃美声，
就连牲畜都为此信服；
谎言像是猫头鹰的哭声，
谁听了都感觉到厌烦。

再完备不过的刀鞘刀柄，
若是钝刀就对付不了敌人。

次成份再多的药物，
若无主成份就治愈不了病。
无田间管理的田地，
播上六谷种子也无收成。

杜鹃来自门隅，
攀在柳树之端时，
若不发出委婉的歌声，
就不是象征夏季之鸟。

一声不能传遍世界。
响彻世界的声音，
非天空青龙莫属，
世人皆知它的声音大小。

白澄澄的汉米，
是想为孔雀添食；
香喷喷的鲜花，
是想为蜜蜂酿蜜。

青龙之响声，
是想为季节增添滋润；
长者之言语，
是想为行动出谋划策。

貌美则叫人眉开眼笑，
貌丑则叫人内心耻笑；
中意则心起恋爱之意，
不中意则心灰意懒。

青龙狮子盘卧在岩石间，
得到了风尘云雾的迎接，
天空不得不发出吼声，
白岩需积淀尘土。
金秋六谷归仓之际，
终究面临的是严寒之冬，
青龙狮子无内疚。

来自门隅的杜鹃之鸟，
得到了夏季使者雨水的迎接，
遍地原野不得不变样，
悦耳的歌声传遍山林峡谷。
夏日草原鲜花斑斓之际，

虽说安逸却要远离，
杜鹃之鸟并无遗憾。

各曲种通用谚语

麝香可以锁在箱子里，
但香味却散布四方；
艺人可以留在房子里，
但声誉却传扬远方。

森林里面禽兽多，
人民中间人材多。

众人里面有圣贤，
石头里面有金子。

雪山的边缘最秀美，
艺人的心田最洁白。

智者口中语言像流水潺潺，
勤者手中果实像雪花纷纷。

不会说话，
会惹出事端；
不会迈步，
会碰上石头。

敢把天雷扭转者，
镇慑怨敌赛霹雳；
勇胆技艺齐全士，
神通威严震高山。

好父辈即使酒喝得烂醉，
也不会把事业抛撒风中。

声高的不都是歌手，
头大的不都是头人。

百岁老人很稀罕，
千古传闻却长留。

衣服无领，不算完整的衣服；
刀子无柄，不算完备的武器；
话无着落，不算有据的实话。

巧嘴鹦鹉开嗓前，
莫让乌鸦乱叫喊；
在平时放肆地唱酒歌，
遇险峡时呼叫莲花神保佑。

语言和箭杆直了好，
道路和弓箭曲着好。

语言是交人的工具，
好客是给自己铺路。
话要在唇舌之间咬清晰，
经要在学字母之初弄准确。

若不把《普解经》记在心，
所谓佛经不过是迭纸。

像乞丐讨要诵“嘛呢”，
公事私欲两全其美。

善说唱的成村庄首领，

善做工的是众人仆人。

肥肉越吃越爱吃骨髓，
酒曲越唱越爱唱对歌。

若有老虎般粗大的嘴，
自然有松鸡的消食胃。

曲坛寺的钟声一响，
化隆川的马被惊动。

日月星辰挂在天空，
我的主意藏在心中。

大肚子马有它的跑法，
高鼻子汉有他的言技。

悦耳教诲响在空中，
完美雨露降于身上。

听悦耳歌能增食欲，
观威武姿若闻妙音。

酒喝在嘴里，
话说在根上。

饮酒时得有话助兴，
无话就是黄牛喝水。

前言不清晰似兔子上豁嘴，
后语不精炼像马熊脚后根。

每一男嘴头有一豪言，

每一女唇边有一首曲。

一道山沟一条溪水，
一个地区一种风俗。

喉咙咽不下土，
牙齿嚼不动铁。

没有哥叔的甥侄们，
身有技艺也被诋成落滩虎，
身有绝招也是众人的箭靶。

自言自语者不是善说者，
独骑驰骋者不是比赛者；
脸红口舌靠言语来赢，
坚硬黑铁靠重锤来锻。

话悦耳，听的人多；
饭可口，吃的人多。

有意思的话听着可心，
有图纹的衣穿着好看。

讲演处得有人，
踩脚处得有石。

骏马的骑手坐着观察，
智者的语意听着分辨。

心不清亮难记事，
眼不炯锐看不远，
舌不灵敏说不准。

要降伏仇敌得战器备全，
要破获盗案得话语锐敏。

贪大求全唱高调，
让乞丐讥笑多羞辱；
夸夸其谈舌冒火，
口角失败叫众人笑。

口心要像茶水和奶乳那样相融，
口腹要像锁子和钥匙那样相从。

给人说事要吐词清晰，
听人言语要听得明白。

君子肚里能装住言语，
妇人肚里能孕育儿女。

热壶里倒出的茶是热的，
诚实人说出的话是真的。

说唱时要像流水潺潺，
拼杀时要像电光闪闪。

高兴时笑容要显露，
说唱时话音要明晰。

高山大海和大官，
稳固不撼为好；
语言欲望和利箭，
端正不扭为好。

要说唱口舌得流利，
要赛马骑术得出众。

给阿爸讲的事要有意义，
给阿妈摆的餐要很精粹。

食物不要在手与嘴间藏匿，
吐言不要在唇与齿间潜隐。

好饭要端给老人吃，
说唱要让给青年干。

笑容可掬让人欢快，
说话通理让人钦佩。

上等男汉说出的话，
不仅悦耳还能实践；
中等汉子吐出的词，
不仅吸引人还可铭记；
下流坯子冒出的语，
不仅刺耳还逗心火。

智者嘴边吐的是教诲圣言，
布谷口中唱的是三夏妙曲。

诗人张口讲的是修辞，
智者开口讲的是真理。

智谋像天际上升日月，
心计似地心喷涌热泉。

悠扬的唱曲似捻丝成线，
优美的词韵像珍珠镶嵌。

金莲花是碧川的妆品，
奇妙谚语是人的装饰。

大鹏在蛋壳里，
已长出六寸翅翎；
说唱人在娘胎里，
已具备三分本领。

在雄鹏玉龙的角间，
有着九重霹雳的坚城；
在贫穷汉子的舌尖，
有着玉露般的真言。

是百句话的话根，
是千搅奶的浮油。

即使大雪纷落十八天，
杜鹃鸟的歌嗓不会变。

张嘴能探见肚腹，
闭眼能识别睫毛。

夏末轰闪的雷电，
若在隆冬出现是玉龙吉啸；
春季啼唱的布谷，
若在秋季鸣叫是神鸟招福。

陪伴青龙度日的，
是虚空撒播的甘霖；
能当少女知己的，
是啼唱春曲的布谷。

广阔得难以盛胸，
深刻得不可言语。

器皿的容量能纳世界，

说唱人的精华浩浩无数。

最美丽而难留下的，
是夏天吐芳的鲜花；
最珍贵而难保存的，
是说唱故事的精华。

办公事得手握真理，
讲故事得头尾齐全。

想走路少费力，
就去喂好乖马；
想成为说唱家，
就听智者讲述。

干粮往怀里揣，
警句往心里记。

巧嘴善辩者话多，
手灵能匠者财多。

不会夸奖，学着赞颂，
不会画纹，学着描花。

布谷悠扬的妙曲中，
从不讲对春日天长的怨言；
青龙撼空的长啸里，
从不说霹雳引着饿鬼游荡。

谚语是语言的装饰，
不会用便成为累赘。

雪山的边缘最秀美，

艺人的心地最洁白；
雪山的边缘最清晰，
好人的心意最纯洁。

观相貌，能威风三界，
听演说，能慑伏三政。
（注：三政与三界同，佛教称欲界、色界、无色界为三界）

嘴巧能分解金刚，
谋深能慑伏三界。

站起来如青竹捆立，
坐下去犹帐幕撑起。

敢把天雷扭转者，
镇慑怨敌赛霹雳；
勇承技艺齐全者，
神通威严震高山。

在刀刃上驰马，
在矛尖上跳舞。

好父辈即使酒喝得烂醉，
也不会把事业抛撒风中。

艺人的名气传扬异乡，
贤者的声誉弥漫国土。

张嘴如骏马奔驰，
说唱如江河流水。

悠扬的唱曲似捻丝成线，
优美的词韵像珍珠镶嵌。

绿鬃王狮登巅是雪山的威仪，
说唱艺人串街是游客的骄傲。

麝香可以锁在箱子里，
但香味却散布四方；
说唱艺人虽在帐篷内，
但声誉却传扬远方。

在雄鹏玉龙的角间，
有着九重霹雳的坚城；
在贫穷汉子的舌头，
有着玉露般的真言。

金莲花是碧川的妆品，
惊妙谚语是人的装饰。

是百句话的话根，
是千搅奶的乳油。

显赫的威仪是身躯的装饰，
外露的喜怒是脸庞的威仪。

即使大雪纷落十八天，
杜鹃鸟的歌嗓不会变。

张嘴能探见肚腹，
闭眼能识别睫毛。

陪伴青龙度日时，
是虚空撒播的甘霖；
能当说唱艺人的，
是啼唱春曲的布谷。

能讲出外表叶子的缘因，
能说明内蕴硕果的根底；
能感知天上浮云的走向，
能明了地上尘团的来历。

艺人生在穷人家中，
利剑藏在破鞘之中。

巧嘴说书者话多，
手灵能匠者财多。

蚂蚁虽然身子小，
靠大伙的力量把窝筑在好地方；
燕子虽然身苗条，
依自己的智慧把窝修得高又坚。

不会夸奖，学着赞颂；
不会描纹，学着描花。

折 嘎 谚 语

折嘎口中语言像流水潺潺，
勤者手中果实像雪花纷纷。

折嘎嘴边吐的是人世言，
布谷口中唱的是三夏妙曲。

折嘎要有鹦鹉般的舌头，
折嘎要有格西般的舌头；
说到笑处，听者脸上开出花来，
唱到好处，听者心里沁出蜜来。

折嘎的嘴巴，
鹦鹉的舌头。

古尔鲁谚语

女友犹如那十五的月亮，
善说者犹如那至尊“古尔玛”。

（注：“古尔玛”指说唱古尔鲁的僧尼。）

其　　他

1984年七省区《格萨尔》民间艺人演唱会各省区代表团名单

云南代表团

职　务	姓　名	性别	民族	年龄	单位、职务
团　长	李玉芳	女	藏	49	云南迪庆州人民政府州长
副团长	徐国琼	男	汉	56	云南省社科院民族文学研究所
工作人员	松秀清	男	藏	57	云南省中甸县地名办
工作人员	王晓松	男	汉	30	云南省迪庆州《格萨尔》研究室
工作人员	次里尼玛	男	藏	28	云南迪庆州德钦县文化馆馆长
艺　人	索朗次仁	男	藏	61	云南省德钦县阿东乡社员
艺　人	和明远	男	藏	40	云南省维西县塔城公社社员
艺　人	那古次称	男	藏	57	云南省德钦县佛山区纳古社员
艺　人	央哲哲	男	藏	57	云南省中甸县大中甸区小街子社员

青海代表团

职　务	姓　名	性别	民族	年龄	单位、职务
团　长	赵维俊	男	汉	43	青海省文化厅副处长
秘　书	才公军迈	男	藏	40	青海省文化厅干部
工作人员	姜佐鸿	男	汉	55	青海省文联《格办》干部

职　务	姓　名	性别	民族	年龄	单位、职务
工作人员	陈效存	男	汉	44	青海省文化厅干部
艺　人	江永次成	男	藏	42	青海省玉树州电台干部
艺　人	扎　格	女	藏	37	青海省海西州天峻县妇联干部
艺　人	旦巴尖措	男	藏	51	青海省海南州同德县秀玛公社牧民
艺　人	加　特	男	藏	22	青海海北州祁连县阿力可乡牧民
艺　人	措　尼	男	藏	27	青海省玉树州藏医院
艺　人	求　江	男	藏	34	青海玉树州玉树县木工
艺　人	多　吉	男	蒙	48	青海黄南州河南蒙旗县智呼玛公社牧民
艺　人	哇　角	男	藏	34	青海黄南州泽库县霍尔公社牧民
艺　人	卓玛加	男	藏	37	青海黄南州泽库县恰科公社牧民

新疆代表团

职　务	姓　名	性别	民族	年龄	单位、职务
团　长	贾木查	男	蒙	50	新疆文联副主席
艺　人	吴图克	男	蒙	70	新疆博尔塔拉社员
艺　人	道尔吉	男	蒙	58	新疆和静
艺　人	巴斯塔夫	男	蒙	68	新疆博尔塔拉社员
艺　人	鲁如甫	男	蒙	48	新疆尼勒克社员

内蒙古代表团

职　务	姓　名	性别	民族	年龄	单位、职务
团　长	安柯钦夫	男	蒙	54	内蒙古文联副主席
副团长	拉布坦	男	蒙	49	内蒙古社科院文学所所长
秘　书	斯　琴	女	蒙	38	内蒙古党委宣传部文艺处副处长
艺　人	罗布桑	男	蒙	43	内蒙古集宁市乌兰牧骑演唱艺人
成　员	胡尔查	男	蒙	53	内蒙古民研会副主席
成　员	道荣尕	男	蒙	60	内蒙古社科院文学所助理研究员

职　务	姓　名	性别	民族	年龄	单位、职务
成　员	额尔德木图	男	蒙	44	内蒙古社科院《内蒙古社会科学》杂志主编

甘肃代表团

职　务	姓　名	性别	民族	年龄	单位、职务
团　长	洛　桑	男	藏	40	甘肃甘南州群艺馆馆长
工作人员	贡却才旦	男	藏	72	西北民院副教授
工作人员	杨士宏	男	藏	27	西北民院研究所实习研究员
秘　书	尕藏桑杰	男	藏	34	甘南州文联《月光》编辑部编辑
艺　人	尕藏知华	男	藏	34	甘南州藏剧团演员
艺　人	尕　考	男	藏	42	甘南州玛曲县曼日玛乡牧民
艺　人	交　加	男	藏	64	甘南州玛曲县尼玛乡牧民

四川代表团

职　务	姓　名	性别	民族	年龄	单位、职务
团　长	周锡银	男	汉	48	四川省民族研究所所长
工作人员	娜　措	女	藏	27	四川省民族研究所科研人员
特　邀	邓珠拉姆	女	藏	59	甘孜州政协常委
艺　人	阿　尼	男	藏	30	甘孜州德格县社员
艺　人	志玛拉措	女	藏	40	甘孜州德格县社员
艺　人	巴　青	男	藏	53	甘孜州德格县社员
艺　人	甲央甲木初	男	藏	39	阿坝州阿坝县社员
艺　人	夺尔基	男	藏	50	阿坝州阿坝县社员

西藏代表团

职　务	姓　名	性别	民族	年龄	单位、职务
团　长	拉巴平措	男	藏	42	西藏自治区社会科学院院长

职　务	姓　名	性别	民族	年龄	单位、职务
副团长	丹　真	男	藏	47	西藏师范学院
领　队	李　杉	男	汉	45	那曲地区文化局创编室主任
艺　人	扎　巴	男	藏	79	西藏师院《格萨尔》录音组
艺　人	玉　梅	女	藏	28	区《格萨尔》抢救办公室干部
艺　人	桑　珠	男	藏	63	墨竹贡嘎县执公区麻热公社社员
艺　人	格　多	男	藏	29	那曲地区安多县扎仁公社社员
艺　人	阿　达	男	藏	74	那曲县仁木公社社员
艺　人	纳　达	男	藏	69	那曲地区巴青县本素区彭塔公社
艺　人	云　中	男	藏	50	那曲地区班戈县曲降区穷效公社
艺　人	曲　扎	男	藏	29	那曲地区素县荣布区热都公社社员
工作人员	次仁拉达	男	藏	22	那曲地区群艺馆干部

大会工作人员

姓　名	性别	民族	年龄	单位、职务
降边嘉措	男	藏	44	中国社科院少数民族文学所副研究员
杨恩洪	女	汉	38	中国社科院少数民族文学所助理研究员
佟锦华	男	汉	55	中央民族学院副教授
孟　和	男	蒙	28	中国社科院少数民族文学所实习研究员
旺　秋	男	藏	23	中国社科院少数民族文学所科研人员
杨惠临	男	汉	41	中国民间文艺出版社编辑
热　嘎	男	藏	18	中央民族学院学生

注：青海、四川、甘肃、云南、内蒙古、新疆、西藏等七省区《格萨尔》民间艺人演唱会，从1984年8月22日起进入演唱阶段，到8月24日上午止，与会艺人代表34人分别登台演唱，演唱会的全体代表及西藏有关单位的同志被邀请观看了演出。

其中，内蒙古民间艺人罗布桑用四胡自拉自唱形式，演唱了《降服魔国》片断。青海艺人旦巴尖措以说（叙事的散文）唱（人物语言的韵文）相间的形式，演唱了《霍岭大战》下部片断；年轻女艺人扎格演唱了《安定三界》的开头部分；江永次成、措尼、求江三人，联合演唱了《赛马称王》中的一段。云南老艺人那古次称以边唱边挥刀起舞的形式，演唱了《格萨尔王传》中的《刀赞》。甘肃艺人尕藏知华演唱了《英雄诞生》片断。新疆70高龄的蒙古族艺人吴图克演唱了《天降》的

一部分。四川甘孜德格艺人巴青演唱了《英雄诞生》中的一段。西藏那曲地区艺人云中头戴精心制作的说唱帽，其孔雀翎高耸、哈达佩挂、铜镜闪亮，演唱了《格萨尔王传》中的《赞帽歌》。西藏著名79岁的老艺人扎巴，因患感冒未能参加演出，但在26日罗布林卡表演时则第一个出场，受到与会全体人员的热烈欢迎。

大会期间，用一天时间由各省区负责人介绍了各地《格萨尔》工作情况，先后发言的有西藏《格萨尔》办公室负责人李朝群，内蒙古代表团副团长拉布坦，西藏代表团副团长丹真，青海代表团姜佐鸿，中国社会科学院少数民族文学研究所助理研究员杨恩洪，云南代表团副团长徐国琼，甘肃省代表、西北民族学院副教授贡却才旦，四川代表团团长周锡银，四川省甘孜州政协常委邓珠拉姆等。会议开始，由七省区《格萨尔》民间艺人演唱会领导小组组长、西藏自治区党委宣传部副部长、西藏自治区社会科学院院长拉巴平措致开幕词。会议的最后，由七省区《格萨尔》民间艺人演唱会领导小组副组长、全国《格萨尔》工作领导小组成员、中国社会科学院少数民族文学研究所副研究员降边嘉措在闭幕会上讲了话。

西藏自治区第五届专业文艺汇演
曲艺节目获奖名单

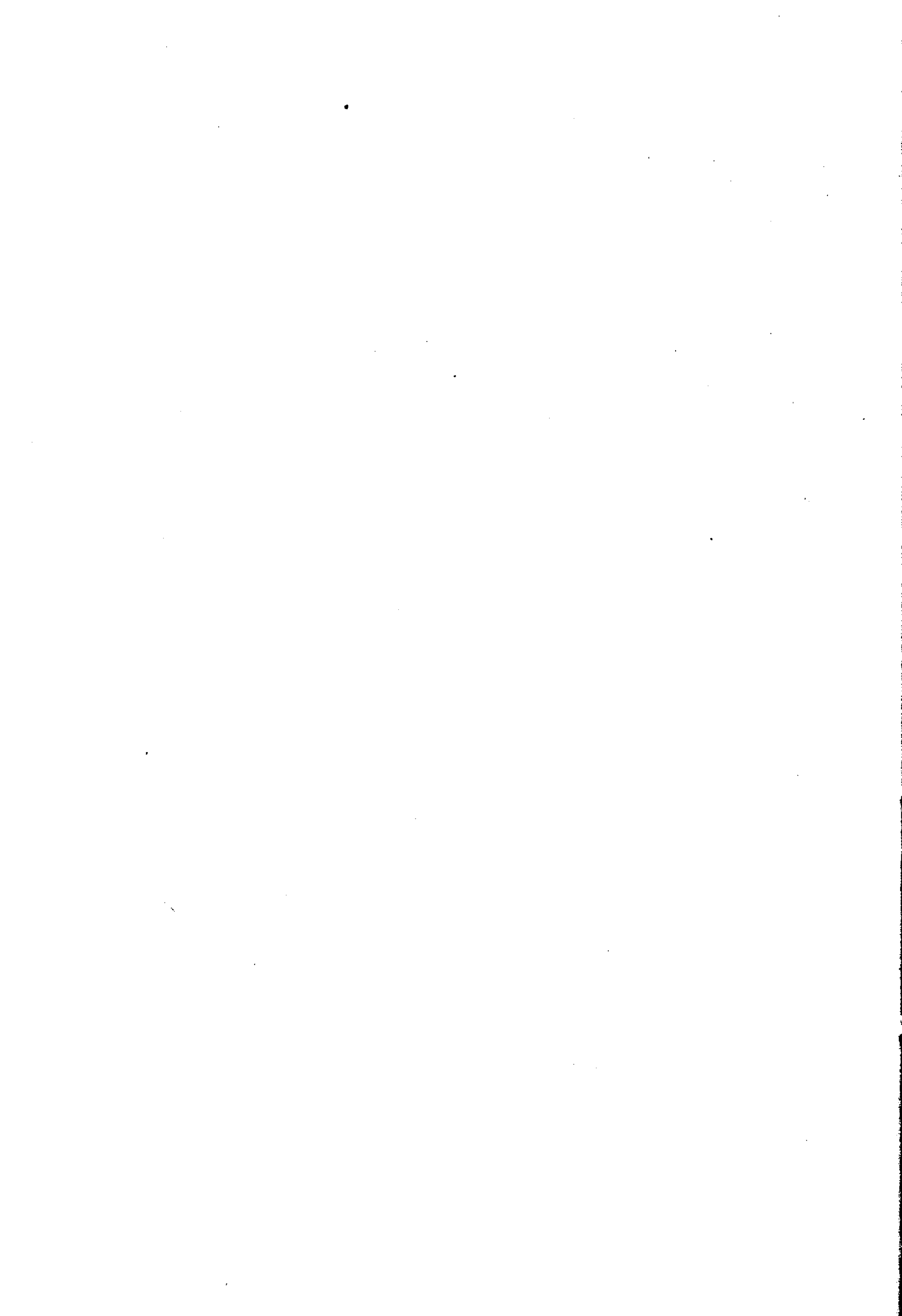
（1985年9月30日—10月12日）

奖项名称	曲　　种	节目名称	获奖单位
演唱一等奖	扎年弹唱	男声扎年弹唱	阿里地区文工团
创作一等奖	藏语相声	四不像	拉萨市歌舞团
表演一等奖	藏语相声	四不像	拉萨市歌舞团
演唱一等奖	扎年弹唱	扎年扎西杰布	拉萨市歌舞团
创作二等奖	扎年弹唱	男声扎年弹唱	阿里地区文工团
创作二等奖	扎年弹唱	扎年扎西杰布	拉萨市歌舞团
创作二等奖	藏语相声	文学的宝库	日喀则地区文工团
表演二等奖	藏语相声	文学的宝库	日喀则地区文工团
演唱二等奖	折　　嘎	折嘎独唱	昌都地区文工团
创作三等奖	藏语相声	藏族民间谚语	山南地区文工团
创作三等奖	扎年弹唱	女声扎年弹唱	日喀则文工团
演唱三等奖	扎年弹唱	女声扎年弹唱	日喀则文工团

获优秀演出奖的单位：阿里地区文工团
昌都地区文工团
拉萨市歌舞团

获优秀演员奖的演员：拉萨市歌舞团土登、米玛
那曲地区文工团仁青卓玛
阿里地区文工团德吉次白

传　记



传　　记

玛尔巴(1012—1097)　宗教古尔鲁的奠基人，著名大译师。阳水鼠年出生于藏南洛扎普曲，阴火牛年坐化。玛尔巴康本其实意是吐蕃古氏族名。本名为玛尔巴·曲吉洛追，意为法慧。先随卓弥译师学梵文，其后多次赴尼泊尔、印度等地拜师学法。一次在印度纳洛巴受上师笛洛巴诏请于纳烂陀寺，在此地与和他同赴印度的西藏香客相遇，他又拜香客为师。从此他长期在印度的纳洛巴、弥哲巴以及智藏向那里的佛家著名佛学高僧修习，终得其喜金刚、密集、大印等密法的真传。返藏后，定居洛扎地区的卓寓隆收徒传法，形成与香巴噶举并存的一派势力，从其再传弟子起，这一派更为强盛，这个传承系统被称作塔波噶举，玛尔巴被尊为祖师。他的门徒很多，最著名的东、西、南、北四柱大弟子为：梅顿村波、粗顿旺额、俄顿·曲吉多吉、米拉日巴等。传法时，以吟诵古尔鲁著称，是宗教古尔鲁的奠基人。

米拉日巴(1040—1123)　将宗教古尔鲁推向高峰的尊者，又称尊者米拉日巴，法名多吉坚赞。生于后藏贡塘地区，即今吉隆县北靠近阿里的地域。他年轻时学过苯教的咒术，后又跟随玛尔巴学法，历经磨难终成为玛尔巴的大弟子。

为了弘扬教义，扩大噶举派的势力，进而达到利益众生的目的，他收了许多善男信女教扬修行之道，其中涌现了日琼巴、塔布拉杰等许多闻名的弟子。他在宣讲教义时，采用的方式便是用古尔鲁说唱宣讲莲花生。到噶举时期，米拉日巴已把宗教古尔鲁的水平推向了高峰。它唱着古尔鲁或在山洞苦修，或在雪域宣扬佛教，并将他的教派发展为四大系、八小支，遍布整个西藏地域，规模空前宏大。在藏文学史上，称米拉日巴说唱的古尔鲁为宗教诗。在佛经《丹珠尔》里，这类宗教故事的曲名有的称“鲁”，更多的称“古尔”，如《吉祥金刚空行母古尔》、《空行母舞姿古尔》等。

米拉日巴是西藏佛教史上的一位重要人物，他的古尔鲁内容绝大部分宣传的是噶举派的观点，旨在宣传人生苦海，世事无常，超脱轮回等佛教教义。但其中也有一部分如实反映了这位苦行宗教家虔诚的信仰，纯洁的心性，卓越的行为，同时反映了那个时代人们的真实生活。

日琼巴(1084—1161)　米拉日巴弟子，诵唱宗教古尔鲁的尊者。生于后藏贡塘白玛嘎布地方的昌热村。族姓涅，本名涅·多布扎，有称作涅·琼日巴、日琼多吉扎巴，简称日

琼巴。用古尔鲁文体以师徒问答形式写就了著名的《米拉日巴传》，其中，提问的高徒主要就是日琼巴。日琼巴在藏传佛教界影响极大，特别是在噶举派中占有重要地位，他的事迹在《红史》、《汉藏史集》、《青史》、《圣者喜宴》等诸多藏文典籍中均有记载。

古如曲吉旺久（1212—1273）　喇嘛玛尼倡导者。他四岁开始读书写字，稍长开始学习文法、医学。同时还学习了有关舞蹈和歌曲的一百零四种论，如《七王世系史》、《岱族大世系故事集》等；此外，还有七十五部苯教巨著，如《天卜手册》，有关十小部经典以及一百部大经，诸如《尺度经》等的秘传箴言。

莲花生在古如曲吉旺久修道时，曾拜访桑白利净土，并向古如曲吉旺久传授了"羌姆"舞。从此，"羌姆"舞以"七月十五日舞"之名而著称。玛尼巴（说唱喇嘛玛尼者）的起源也可追溯至接受莲花生咒语的出家人，但是其发展则为或得莲花生"唵嘛呢叭咪吽"奥义之后的古如曲吉旺久时代。他撰写过多种玛尼，在他之后，演唱喇嘛玛尼的形式得到广泛传播。尤其是古如曲吉旺久为引领其母走上宗教之路，而在自家的门和灶台上拴铃，以提醒家人必须时刻牢记颂念"嘛尼"。这种习俗至今还在西藏的农牧区流行。

唐东杰布（约 1361—1457，又一说为 1385—1464）　喇嘛玛尼倡导发展者，藏传佛教噶举派著名高僧，生于叶如强玛部落所属的圣地俄卡，即今西藏昂仁县多白乡仁钦顶。名赤乌班丹。号珠多甲桑巴。"珠多"即下山云游修得瑜伽功法成就者，亦称"珠钦"，即珠多大师；"甲桑巴"即铁桥活佛。其生年一说为 1385 年（藏历第六绕炯木马年）。他在六兄妹中排行第三，从小性格开朗豪爽，喜饮酒娱乐，尤擅即兴编词，说 唱、歌舞表演。十八岁时，由其母引入强定寺出家，在主持尼玛森格座前受戒，得号尊珠桑布。他刻苦学习，精通显密，对包括戏剧、说唱、歌舞在内的"大小五明"有极高造诣和解悟，人们遂誉其为"唐东杰布"，即在旷野大坝悟得"空"之教法的瑜伽师国王。他曾周游各地，寻师访友，参拜过宁玛、萨迦、觉朗等派的大师。他的根本宗师是香巴噶举派的约浦贡日瓦，比较全面地继承了香巴噶举派教旨和仪轨，并加以发展自成一格。他认为，僧人应从寺院或山洞出来云游民间讲经传法，并为众生解除一些实际苦难，才是修行和从善之根本。

在他云游修行过程中，深深体会到群众越过高原大江、峡谷急流的艰苦和危险。从拴狗的小铁链获得启示，立志在大江的急流之上建造铁索桥，造福于人民。在建造曲水铁索桥时，资金不足，他组织山南穷结七姊妹编演温巴和舞蹈，并演唱喇嘛玛尼等民间艺术，宣传建桥意义，以此募捐得许多资财钱物，最后终于把铁索桥建成。在后藏谢通门建造雅鲁藏布江上的扎西孜大桥时，从当地长老和姑娘们的即兴歌舞表演获得启发，发展出"甲鲁"和"拉姆"（仙女）两段戏剧性歌舞百艺表演。后来，他又吸收运用了民间白面具藏戏和喇嘛玛尼说唱神佛故事的形式，加以综合发展用以表演佛本生故事，如《诺桑法王》、《智美滚丹》等，以此来进一步吸引观众，从而募捐了大量钱财物资，修建了五十八座铁索桥。大量的铁索桥修建起来，"阿吉拉姆"这种藏戏演出形式和喇嘛玛尼这种曲艺艺术也随之兴盛

起来。晚年，他把戴白面具表演的“阿吉拉姆”藏戏形式带回家乡，在家乡迥·日吾齐寺改革发展为戴蓝面具表演的“阿吉拉姆”，并创建了第一个蓝面具藏戏迥·日吾齐寺戏班。他在白面具戏与喇嘛玛尼基础上创建藏戏，发展藏戏的过程中，充分发挥了喇嘛玛尼这种曲艺艺术的作用，尤其是蓝面具藏戏的剧本就是喇嘛玛尼的唱本，此传统一直延续下来。为此，在唐东杰布的家乡，至今把藏戏称为“玛纳”，实际就是“喇嘛玛纳”即喇嘛玛尼的简称。

仁增群尼桑姆(约 1853—1951)　喇嘛玛尼女艺人，精通佛教经典的贤者。父亲的血统属“克麦”家族，名叫顿珠杰朗；母亲是尼泊尔公主，名叫礤让边巴卓玛。礤让边巴卓玛于农历十五号这一天在印度萨霍尔莲花湖畔生下了群尼桑姆，十五号又称“究阿”，为此给她起名“究阿拉姆”。当她成名后人们尊称她为“至尊仁波钦群尼桑姆”。

她从小过着凄惨的生活，但她有着别的同龄人所没有的才智和勇气。他们一家人以演讲喇嘛玛尼度日。六岁的群尼桑姆就会讲唱喇嘛玛尼，也为此她的一生基本上是在游历中度过的。人们称赞她年幼的声音像梵天王所发出的悠扬清静遐迩共悦的妙音，为世人所惊叹。十三岁时，她已三次到过她出生的印度萨霍尔莲花湖。沿途他们不停地讲唱喇嘛玛尼，靠人们的施舍度日。但也利用一切机会学习佛教经典做善事，如朝圣到了尼泊尔王国的三座佛塔和其他圣地时，她也拜见了祥布珠巴赤来朗杰，听取了关珠巴嘎决巴的先行五种持明的全部内容。第三次到印度，正当萨霍尔国为没有王位继承人而烦恼时，她为国王早获王位继承人而算命诵经，不久国王果然喜得王子，为此她当上了萨霍尔王国的上师。在游历中，她到物嘎山洞拜见了舅舅白玛加措喇嘛，学习了教诫经典。在白龙山她修行三年，并遥拜过冈底斯山，朝拜过普兰窟释迦牟尼、玛旁雍错、芒隅强珍等圣地。她曾两次到拉萨，沿途讲唱喇嘛玛尼，也利用所有机会学习有关藏医学的经典。

她三十六岁时在拉萨东郊常杰霞林卡拜见了嘎瓦措除热吹的转世活佛，活佛为其赠名“仁增群尼桑姆”。她一心想要受沙弥戒当尼姑，终于在这一年从大堪布阿王丹巴尼玛那里受了沙弥戒，当上了尼姑。后来她曾居住在康堆一带一心静坐修行，也还不时到拉萨和遥远的桑亚查以及藏南的桑耶寺等地朝拜，并在有宇宙雪山之称的亚拉乡布地方修行了金刚心修诵行静法。在她五十一岁时进入休色寺，并在休色寺她立下了“隐居独生，闭嘴与世隔绝，剖腹透视已过”的誓言，多年修行终于成道。六十岁时，闵林寺钦在休色进行药加持仪轨时，群尼桑姆已居首席座位。

1951 年(第十六绕迥铁兔年)，显示许多吉祥之兆后圆寂。她一生潜心修习佛学经典，将渊博的佛学知识传授给僧俗信徒，也以喇嘛玛尼的讲唱为普度众生倾注了毕生心血。

阿达尔(1911—1984)　岭仲艺人。清宣统三年(第十五绕迥铁猪年，1911)出生于西藏那曲县巴尔达草原上。自幼母病故，父再娶，继母生四个弟弟，又非常挑剔。阿达尔终日在草场与羊为伴，唯一的温暖来自在荣布寺当格西的叔叔。叔叔常来探望阿达尔，并叫他习藏文。那曲地处藏北东西部各县以及安多朝佛者到拉萨的必经之路，又是重要的商道，

经常举办赛马会、贸易交流会，更是岭仲艺人演唱《格萨尔王传》的地方。阿达尔最喜欢的就是欣赏岭仲艺人说唱的令人神往的格萨尔故事，当他藏文水平逐渐提高后，阅读的最早书籍就是《格萨尔王传》的本子，而说唱《格萨尔王传》也成了他最喜欢做的事，一起放牧的小伙伴，则是他最初的听众。年事稍长，他开始在亲戚家、熟人中间演唱《格萨尔王传》，在这过程中他的演唱胆量和才能也得到了锻炼。但这却遭到父亲和继母的责骂，并被驱赶出家门成了一个流浪儿。

在走投无路的情况下，他来到荣布寺找到叔叔，叔叔领他拜见了寺主坚参仁钦，坚参仁钦收留了他，他开始过起了念经修行的生活。寺院生活是戒律森严、异常紧张，但在那曲长大的喇嘛们都酷爱《格萨尔王传》，他们得知阿达尔会唱后，常在少有的空闲时间躲在扎仓里 让他悄悄地唱上几段，只有在节日里喇嘛们才能到远离寺院的草滩上搭起帐篷，叫他唱个痛快，人们也听个痛快。寺主坚参仁钦得知此事后，特地让他跪在护法神多吉吉切钦末前边，为他主持了开启智门的仪式。为了能尽情地说唱《格萨尔王传》，他离开了荣布寺，又过起了流浪艺人的生活，但单靠说唱还不能填饱肚子，为生存，他当佣人、放牛、拾牛粪、鞣皮子、捻线，只要能给口饭吃什么活都干，而心中想的则只有如何不断地提高自己的说唱技艺。十八九岁的年纪阿达尔作为一名仲肯，在那曲地方已小有名气。

阿达尔二十多岁时认识了一位已六十余岁的老仲肯嘎鲁，二人一见很投缘，一起说唱了《赛马称王》、《大食财宗》、《霍岭大战》。嘎鲁手把手地教授，使他的说唱技艺有了突飞猛进的进步。从此他的名声大振，并于二十八岁时踏上了通往拉萨的朝佛之路。途中，路过热振寺，应邀在寺中停留七天，为寺中僧人说唱《格萨尔王传》。朝佛归来后，他开始出入达官贵人之家，那曲总管喜听《格萨尔王传》，阿达尔在他家只为他一个人说唱，一说就是一个通宵。贵族强秋帕巴也常邀请他演唱，并邀来许多朋友一起从白天听到晚上，四五天听完一部书。那曲的孝登寺也是他常去说唱的地方，活佛、领诵师、铁棒喇嘛、堪布们从不缺席。

阿达尔的生活为此有了转机，娶了一位比他小十五岁的女人结婚成家。此后，他经常携年轻的妻子往返于那曲到拉萨的路上，在这朝佛路上人们常常可以听到阿达尔说唱的声音。

“文化大革命”中，他被迫停止了说唱。“文化大革命”结束，抢救《格萨尔王传》工作开始后，阿达尔已年逾古稀，但仍为地区“抢救办公室”录制了《朱古兵器踪》、《门岭之战》、《契日珊瑚宗》、《蒙古马宗》、《阿扎斯宗》、《梅岭》、《郭岭》七部书。

酷爱岭仲的那曲人民常常把说唱最好的两位仲肯相提并论，第一位就是阿达尔，第二位则是巴青县的纳达尔。

附　　录



附　　录

中国戏剧家协会、中国曲艺家协会西藏自治区分会章程

（一九八一年十月十三日通过）

总　　则

第一条： 中国戏剧家协会、中国曲艺家协会西藏自治区分会，是西藏各民族戏剧、曲艺工作者自愿结合的专业性的群众组织。

第二条： 本分会团结全区戏剧、曲艺工作者和全区人民一道，在党的领导下，坚持“四项基本原则”，坚持马列主义、毛泽东思想，为建设团结、富裕、文明的新西藏而奋斗。

第三条： 本分会坚持文艺为人民服务，为社会主义服务的方向；坚持贯彻执行“百花齐放，百家争鸣”、“推陈出新”、“古为今用，洋为中用”的方针，以繁荣西藏社会主义戏剧、曲艺事业，满足西藏各族人民日益增长的文化生活需要。

第四条： 本分会积极鼓励并采取各种有效方式组织我区戏剧、曲艺工作者深入生活，努力学习马列主义、毛泽东思想，钻研业务，加强艺术实践，勇于革新创造，不断提高戏剧、曲艺艺术的思想水平和艺术水平。

第五条： 本分会大力推动对戏剧、曲艺理论问题的研究和探讨。组织创作经验的交流和艺术观摩，提倡戏剧、曲艺艺术的不同题材、体裁、形式、风格、流派的多样化和自由竞赛。充分发扬艺术民主，促进我区戏剧、曲艺事业健康发展。龙其要积极扶持藏戏和我区特有的曲艺形式的挖掘、整理、研究、创作，繁荣我区藏戏和曲艺事业。

第六条： 本会努力发展、壮大会员队伍和戏剧、曲艺队伍。重视群众业余戏剧、曲艺

活动，积极发现和培养各少数民族的新生力量，促进我区戏剧、曲艺事业的发展繁荣。

第七条： 本分会在中国戏剧家协会和中国曲艺家协会的指导下开展工作，加强与各省、市、自治区分会的协作与联系，进行戏剧、曲艺交流。

会　　员

第八条： 凡赞成本分会章程的我区各族专业和业余的戏剧、曲艺工作者，包括话剧、藏戏、歌剧、电视剧、折嘎、喇嘛玛尼、说《格萨尔》故事、相声等戏剧、曲艺工作者，在所从事的编剧、导演、表演、戏剧音乐、戏剧美术等专业创作或理论研究、教育、编辑、翻译、组织和群众普及等方面的工作中，具有一定水平，作出了一定成绩，由本人申请经所在单位或地区推荐或本会会员二人介绍，填写入会申请书，并附交足以表明申请者的戏剧、曲艺活动的有关材料，经本分会常务理事会审查通过，即可为本分会会员。

凡在我区工作的中国戏剧家协会和中国曲艺家协会会员，均为本分会当然会员。

本会会员有退会自由。

第九条： 分会会员有遵守本会章程，执行本会决议，交纳会费的义务；有享受本会举办的各种福利事业，参加本分会组织的各种活动，对本分会工作提出批评、建议和选举、被选举、罢免等权利。

第十条： 本分会会员在从事正常的戏剧、曲艺活动时，如因文艺思想、学术或其它问题受到政治诬陷与迫害，本分会有责任采取有效的保护措施，包括诉诸社会舆论或提请法律裁决。

第十一条： 本分会会员有下列情形之一者，经本会常务理事会通过后，得取消或停止其会籍。

1.因犯罪受法律制裁，被剥夺公民权者；

2.叛国投敌者；

3.违反本会章程，破坏本会工作者；

4.长期不从事戏剧、曲艺活动或脱离戏剧、曲艺工作岗位者。

组　　织

第十二条： 本分会的最高权力机关为会员代表大会。代表大会闭会期间，以代表大会选出的理事会为最高领导机构。理事会闭会期间，由常务理事会主持会务工作。

第十三条： 会员代表大会每四年举行一次，由理事会召集；必要时，理事会得决定提前或延期召开。理事会每年举行一次。由常务理事会召集；必要时，常务理事会得决定提前或延期召开。

第十四条： 理事会由会员代表大会选举理事若干人组成。理事会选举主席一人，副

主席若干人，并推举常务理事若干人组成常务理事会。在常务理事会中指定一名副主席并任命秘书长一人和副秘书长若干人，负责处理日常事务。分会的主席、副主席、常务理事和理事任期均为四年。

附　　　则

第十五条： 本分会为西藏自治区文学艺术界联合会的团体会员。

第十六条： 本章程修改权属于会员代表大会。

西藏自治区文化局关于召开全区音乐、舞蹈、戏剧、曲艺创作规划年会的通知

各地(市)文教局并文工团(队)、区直各艺术表演团休：

一九八五年九月自治区成立二十周年，为了进一步贯彻落实邓小平同志关于社会主义新时期文艺工作的重要指示，开创我区文化工作新局面，并及时创作出一批庆祝二十周年纪念日的好剧(节)目，经区人民政府批准，我局拟于八三年底召开全区首届音乐、舞蹈、戏剧、曲艺创作规划年会。

会议的主内容：(一)学习《邓小平文选》及中央领导同志有关文艺工作的指示；传达贯彻全国第二次宣传工作会议精神，全国少数民族文化工作会议精神；(二)重点研究制订我区各艺术表演团(队)一九八四年度创作计划和一九八五年自治区成立二十周年献礼演出的剧(节)目创作计划，(三)研究制定我局为达到繁荣创作目的而草拟的几个暂行规章制度草案。

会议要求各团(队)在完成八四年度创、演计划的同时，重点抓好一至二台向自治区成立二十周年献礼演出的剧(节)目创作计划。在全区创作年会上，应拿出各团(队)八五年晚会的创作设想和具体安排，包括创作人员个人的创作计划。

各团(队)领导在研究创作计划时，要从思想和政治上进行指导，充分发挥各团(队)的地区特色和长处，在继承民族传统文化的基础上力求题材、体裁、形式、风格的多样化。对现实题材及小型剧目，特别是对反映和歌颂自治区成立二十周年来革命斗争的光辉历史，歌颂我区各民族在党的领导下进行社会主义建设的各项成就的创作要尤为关心和重视。

新剧(节)目要有强烈的时代精神、浓郁的民族风格和独特的地方特色。同时，也要抓好新编历史剧的创作和传统剧目、曲艺以及民族民间歌舞传统艺术的整理、改编工作，要在"推陈出新"上下功夫。还要力争在自治区成立二十周年的庆祝演出中有一批健康的富有民族特色和时代气息的歌曲、乐曲。

出席会议人员。各专业艺术表演团(队)的创作人员(包括兼搞创作的同志),各地市文教局和文工团、队(包括区直剧团)主管业务的领导。

请各团(队)接此通知后,将您团(队)参加会议的人员作进一步落实。如与以前报的有更改之处,请立即报知区文化局。

会议日期和地点再作通知。

西藏自治区《格萨尔王传》录音抢救试行办法

西藏自治区社会科学院格字(84)1号

《格萨尔王传》是活在藏族人民口头上的长篇英雄史诗。近千年来,广泛地流传在藏族和蒙古族地区,深受农牧民群众的喜爱。搜集和研究这部史诗,对于继承和发展民族文化的优良传统,加强民族团结,繁荣社会主义文艺,建设社会主义精神文明,都具有十分重要的意义。党和国家已经把它列为:"六・五"计划中的重点科研项目,我区是参加这个项目的重点协作单位之一。目前我区已发出《格萨尔》说唱艺人四十名,他们居住分散,而且大都年老体弱,如不抓紧请他们说唱录音,不仅影响国家项目的如期完成,而且对英雄史诗本身的完整性,都将会造成无法弥补的损失。为此,特制定本办法,以加快抢救工作的步伐。

一、我们欢迎所有《格萨尔》说唱艺人和一切有志于抢救《格萨尔王传》的社会各界人士,积极行动起来,同我们一道,为加快《格萨尔王传》抢救整理工作做出自己的贡献。

二、当前抢救工作的原则是择优择缺。录音整理工作的重点是:至今只有篇目,未曾文字记录,又未录音的部头。凡愿意演唱录音的民间艺人和社会各界人士,均可同我室联系。确定篇目后,即可开始安排录音或抄录整理。

三、凡我室确定的篇目,每录制一个磁带(指60分钟的小磁带,90分钟的磁带按一个半小磁带计算,150分的大磁带按两个半小磁带计算,下同)说唱者得说唱费六元,管理录音者得酬金三元。如说唱者自己录制,可得全部费用共九元。为了确保录音质量,将录制好的磁带,认真放听一次,发现有吐词不清、缺句漏字的(特别是上、下两个磁带的接头处,)可另用一个磁带,将不清、缺漏处补上,并须用文字说明补正在何处,以作为抄录后修改之用。

四、凡愿为我室抄录磁带者应先抄录半个磁带作为试卷,经我室审查合格后,便可领取磁带和稿纸进行抄录。每抄一个磁带,付抄录费十六元。抄录者在一个部本抄完之后,须从头至尾播放录音核对一次,确认无差错后,誊写清楚,交我室备用。

五、凡自备录音机者,每录制一个磁带,付机器磨损费(包括电池费,下同)两元;每抄

录一个磁带付机器磨损费六元。如自备磁带录音，则根据磁带质量付款，或凭发票给予报销。

六、愿意参加整理，整理后并能达到出版水平者，每个磁带付整理费十六元。一经出版，署明说唱、抄录和整理者的姓名。初版稿费归还我室已支付的部分外，其余部分由说唱、抄录、整理者按比例分配。

七、本办法只适用于本区不在我室领取工资和生活费用的说唱艺人、业余抄录者和业余整理者。

八、本办法在执行中，根据群众意见，我室将逐步修改完善。本办法自公布之日起试行。

西藏自治区《格萨尔王传》抢救办公室

一九八四年十月十一日

岭仲曲本资料选

朱 岭 之 战

话说，格萨尔身经百战，斩魔除害，降伏了北地食人的鲁曾魔王、霍尔白帐王、姜国萨当王、门城新迟王等四方魔王及大食财国、蒙古三王室、刚巴阿扎、息日达孜和卡切尺登王等诸多敌人后，格萨尔驻息在多康地方中央的狮龙虎宫殿中，日夜修行静坐。

在刚呷河南侧，有个国家叫朱古国。这个国家十分强盛，因为该国的君王长年累月只知进行侵略战争和抢劫等罪恶行为，根本听不到佛的声音，人民没有文化，也不从事农业生产。由于进行抢劫，他的国库虽然富有，但老百姓却过着暗无天日，受压迫剥削，十分贫穷痛苦的生活。这个国家的国王名叫托郭结布王，他信奉的是外道“大自在天”(古印度教派名)，据传说这个国王是“大自在天”的化身。这个国家的土地神尽都是妖和飞行饿鬼(独脚鬼)，他属下还有八个小国，有九十九个诸侯，有七千万户百姓，国王的主要大臣都是罗刹、龙、山妖的后代，都是有形的人和无形的妖。他的左右有九十九个大臣，在大臣下面的小臣是不计其数的。

托郭王生性骄奢淫逸，他自认为是天下无敌，因此奸淫霸道、敲诈勒索、为所欲为。

在恒河水晶山上，有一个十分幽静美丽的碧绿湖，这个湖是朱古国王所谓的魂湖之一。有一年夏天，国王在他的魂湖畔游览，上天诸佛恰此时开始安排降伏这个魔王。诸神就派了一个金刚亥母化身的名叫呷萨曲珍，她原是霍尔白帐王的公主，格萨尔降伏霍尔白帐王以后，将呷萨曲珍和珠穆一起带回岭国。后因珠穆的妒忌之心，呷萨曲珍升天去了。她在天界空行母中生活，倒也感到愉快。为了降伏人间恶魔，上界诸神商议派遣呷萨曲珍下降人间。她一下凡就来到了托郭王的魂湖。那天，托郭王在观赏魂湖印证自己吉凶祸福的时刻，发现湖中央突然光彩照耀，其中现出年纪约十六岁，芳姿卓绝，长得天仙般的美丽、温柔，珠光闪闪，落落大方的少女。托郭王一见此景，就被她吸引住了，他呆若木鸡，一动不动地直立在那儿，随后慢慢地回过神来想：啊，这么美丽的女人只应在天上才有，如能与她成亲多幸福。

托郭王本是十分狡猾而装腔作势的人物，但此时，他却控制不住自己的感情，根本想

不起什么国家的尊严与做人的廉耻，他心急如火，手忙脚乱地对左右侍臣说："众臣请听，我刚刚发现湖中有一位美丽非凡的仙女，这是上天赐给我的伴侣。过去有十二个国家的公主曾向我求亲，但我没有能找到一个称心如意的女人做我的王后，因此，至今我也没有娶妻室。现在我命令你们，严密把守这湖的四周，限日内千方百计地把这位仙女引到我的内。"众臣把守着湖的四面八方。次日在湖畔找到了仙女，大家十分高兴，将仙女引进帐篷。仙女一进去，帐篷内立刻虹光满照香气四溢，所有陈设的食物都变成美味佳肴，所有的茶酒饮料都变成可口的佳露，显示出吉祥如意的征兆。这时托郭王十分得意地唱道：

你是美丽如画的仙女，

请听我的心腹话。

请问你从何方来？

你的家族在何方？

你到何方干何事？

又说自己执政以来，是如何无敌于天下……

我名叫托郭是朱古国王，

我占领了世界三分之一。

我知道你非人间女，

你的容颜美如满月，

你能解除人间酷热的烦恼……

我一见你倾心肠，

我越看你越想看，

你如能与我成亲，

我心旷神怡多幸福……

少女唱道：

我从来不认识你，

不认识怎能谈心事？

她又把周围的山水赞颂一番后，又唱道：

我本是梵天王的女公子，

我名叫森姜拉姆，

今年刚满十六岁。

才貌美丽不平凡，

天神龙王都向我求亲，

只因我愿当尼姑不愿出嫁。

梵天命令如滚石，

把我下降到人间，

到此孤苦零丁无依靠，

现在和你相逢在一起，

我愿与你凡人结良缘。

你如太阳我若月，

你渴时我可变成甘露，

你饿时我可变成佳肴，

一切使你如愿以偿……

海枯石烂此情绵绵。

不要说我没啥生息，

身材美丽可鉴赏，

不要说我没啥财产作嫁妆，

聪明智慧胜过财产。

我无亲又无友，

但我本质善良友自聚，

除此之外无多言。

托郭王听了如获至宝非常高兴，于是准备举行婚礼。命某月某日，以万人骑兵迎亲，举行了一个月的婚礼仪式，婚后两人相亲相爱，相依为命。数月后，森姜拉姆王后突然生了一场急病，多方医治无效，念经求佛无济于事，她一天比一天消瘦下去，好似深秋的黄叶摇摇欲坠，托郭王十分着急，王后对托郭王说，我的病不是一般医药治得好的，念经求佛恐怕无效，但是为了我俩长期相处，我有一个办法能医治我的病，但不知你同意否？

托郭王说："只要能治好你的病，任何困难都拦不倒我，甚至倾荡江山也在所不惜，都可以照办，请你尽管说吧！"

森姜拉姆王后说："在你这个国土里欠缺福分，因为你的百姓饥寒交迫，贫穷已极，我要求你第一要敬神拜佛；第二，不要狩猎；第三，再不要向老百姓敲诈勒索和抢劫，目前最主要的一个问题，请你手下人打开国库，把金银财宝粮食布匹施给穷苦百姓；这样我的病可能转危为安。"

由于托郭王是个根本不知道老百姓的痛苦，也从来不为百姓着想的昏君，他听到王后的这些话后，莫名奇妙地说："打开国库施舍给百姓有何用？"

王后说："众人幸福，自己才能真正的幸福。这是健康长寿的最佳良药。眼前，你国王陛下和你的近臣们都是很幸福的，但是众百姓苦乐不均，广大百姓生活在水深火热之中，这事你知道吗？藏谚说：知己知彼是善策嘛！你若无此良策，我的病也无法治好。你若能为百姓着想，百姓丰衣足食，你国王也获得美誉，国强民安，这是你当国王能干的表现。这

样我也心安理得，我的病定会好转。”

托郭王被王后说服后，叫他的近臣打开一百个国库，把其中所有的财宝都施舍给了百姓。王后顿时高兴起来，她的病也日益好起来，恢复了青春，好似出水芙蓉显得更加美丽。

又过了一些时日，王后到郊区和城内巷道中观察百姓生活状况时，她又发现了还有不少痛苦呻吟的百姓，有不少瞎子、跛子和残疾者，他们在啼饥号寒。有的在拦路抢劫，扰乱百姓，没有宗教，缺少教育，缺少道德，缺少医药。王后见此情景，心中闷闷不乐，她回宫后，托郭王见王后闷闷不乐，便说道："你的病已痊愈，恢复了青春美貌，我心里高兴，但今天你又为何不高兴呢？"

王后说："此话不说为好，我说出来会冒犯你，如不说我心又不安。"托郭王说："请王后尽管说吧，我一切照办就是。"

王后唱道：

六道众生有六道能仁，
在这曲宗木布地，
国王享受极大的欢乐，
众百姓一年辛苦得不着衣食住，
在你的国土里没有宗教和文化，
你的大臣个个如虎似狼。
压迫剥削人民群众，
不少群众缺医药，
见到这些我心中痛苦。
普天下的国王不少，
他们个个有积德，
行善的精神寄托之所，
而你的国土里却没有这些。
因此不道德的行为，
如乌云布满天空，
大众过着暗无天日的生活，
经常在生死线上挣扎，
血腥遍布大地，
见此情景我心悲痛。

托郭王听了王后的这番话后说："照你的说法来看，我托郭是个不会执政的国王，我的祖辈到托郭呷益缀为止，我父王的政权被托郭呷饶旺修所灭亡，我父王是无恶不作的暴君，他曾用强权建立了八国政权，他执政八十年，占世界三分之一，蜚声四方。我母后名叫

木萨达珍，和父王托郭呷饶旺修生了我，据母后说，我是大梵天神的化身。我从十二岁起执政，我执政时曾征服了三个外国归我朱古国。从我父王起根本不讲什么德政，只讲霸道，直至现在。我对所谓的宗教，毫无所闻，因此，我不能使你如愿以偿，更不懂什么是精神寄托，但是只要你教我，我可以照你的办法去办。”

这时，王后森姜拉姆的面色立刻阴沉下去，晕了过去，托郭王和近臣们千方百计地将王后弄醒，一阵喝茶的工夫，王后慢慢地苏醒过来，她哭着说：“啊呀呀！我不知造了什么孽，竟坠入这样野蛮愚昧之地？在这里我没有询问意见的父母，也没有寄托精神的佛，我该如何办呢？”这时，托郭王也急得流泪了，左右侍臣劝阻国王和王后请不要悲伤。托郭王也劝告王后不要像鱼儿离水般的痛苦。他说：“我一定在明日之内，依照你的意见，找个可以供奉的寄托精神之物，请你放心。”

王后说：“只做一个伪装供奉之物，怎能满足我的意愿呢？”托郭王说：“你要什么样的供奉之物，请你说吧。”

王后说：“你是国王你有权，只要你的命令下去，什么事都能做到，我要办的这件事也一定能够办到的。在西藏地方有一座很威能的大佛——如意之宝，人们向它祈求什么都能如愿以偿，打仗能克敌制胜。有了它，当国王的能盛负美誉，国家富强，吉祥如意，与上界神仙共幸运。有了它，盛享极乐福。如能将这尊佛请来，那我就心满意足了。”

托郭说：“果真是这样，那西藏王是谁？这尊佛何处得来？”王后说：“尊贵的国王啊，关于这段历史情节我知晓。多古岭的怙主藏王松赞干布娶了汉地文成公主和尼泊尔公主天尊两位妃子，文成公主把具有感应的释迦牟尼佛请到西藏，尼泊尔公主天尊把不动金刚佛请到西藏，建立了拉萨圣神寺庙。再从印度、尼泊尔等国请来了许多知名学者，建立了不少僧寺，圣神宗教的讲修蒸蒸日上，同时制定了《十善法》和《在家道德规范十六条》。凭借这种教化，西藏地方吉祥幸福，安宁如意。怙主松赞干布逝世后，其子芝松芸赞继位，芝松芸赞之子杜松芸波杰，杜松芸波杰之子赤德祖丹，赤德祖丹之子木宁赞布，木宁赞布之子赤热巴巾。他们现在把这座佛像依照先王的嘱托认真保护着。

当释迦牟尼在印度大吉岭时，塑造了一尊释迦八岁时的像，释佛亲自加持了这尊佛像，作为世界公有佛放在印度，随后由印度王将该佛赠送给顶顶有名的唐朝皇帝，随后唐太宗将该佛赠送给宗女文成公主作为嫁奁请到了西藏。

托郭王说：“怙主释迦佛像是释迦牟尼亲自加持的，原来是世界公有的佛像，被西藏占为己有，这事我今日才知道，正因为它是世界公有佛，所以它首先放在印度，然后又到汉地，现在又在西藏。我朱古托郭王是拥有世界三分之一土地的国王，我没有不得这尊佛像的理由，非将这尊佛抢到手不可。”

托郭王立即命令众臣集会，商议如何抢劫佛像问题，经过多次商议后，决定派朱古的魔臣阿郭夏纳米济率领十万雄军前往进攻西藏。夏纳米济率兵到达纳卧地方，即后藏的达

汤坝时，西藏王赤热巴巾已知悉敌军侵袭西藏的情况。藏王于是召集阿里藏军噶伦会议，藏王说："在我们西藏地方莫名其妙地突然开来一批军队，不知这批军队是从何方来的？"

这时，藏仓扎巴伦珠说："我昨日得到消息后，已派人打听过，据说是北朱古军队。说他们从远处来的目的是说什么天上的日月是共同的，释佛是世界公有佛，它为众生办事。现在北朱古需要它，因此特来请释佛到朱古国。如果西藏政府让他们顺利地请去释佛，那他们就以礼相待，他们要用洁白的哈达来迎接释佛，否则就用军队来抢。"

为此事西藏君臣反复商量后，藏王赤热巴巾唱道：

西藏有两尊佛像，
西藏处于多吉岭之中心，
在红山顶上有布达拉宫，
……
西藏噶伦旺修和扎巴伦珠等噶伦请听我言。
我们的卫藏是天生的福地，
人人有德四方财富集中央，
东西南北寺庙多，
升起了神圣宗教的太阳，
讲修两全如苍穹，
把众生引向吉祥之地，
以王法护佛法，
臣民百姓人人遵守《十善法》，
有这样的幸福是由于有两尊佛像的感应。
不管此生来生幸福无穷尽，
决不能让释佛被人抢走。
现在所有寺庙为平息动乱而念经，
人人诚心向苍天祈祷，
此外每个大臣召集三万精兵，
限三日内集合在后藏岗巴拉山口，
把军营扎在达场坝下方。
朱古军队虽强大，
决不能将释佛尊者送给敌人，
我们一定抗战到底。

于是八个噶伦分别带队出发了，并把藏军营扎在达场坝下方；朱古军营扎在达场坝上方。双方整整交战了三年，藏军节节败退，释佛尊者即将落人敌手之际，藏军军心动摇，有

的说释佛尊者定会被敌人抢走，朱古的阿郭军队必胜。有的说，我们趁早保住生命为妥等语。因此，噶伦扎巴伦珠和邮巴等到藏王御前禀报战况……。

藏王听了噶伦们的汇报后说："阿卡，无论如何藏军队决不能分散，你们一定要维护军队现状，同时在东西南三处和贡布绒等地迅速招兵，坚决抗战到底。"

这几名噶伦无可奈何只好遵命回原营地去了。当夜藏王很不安地躺在床上，黎明时刻，在朦胧的睡梦中，仿佛在一道彩虹中出现一仙女对藏王说："现在这个时刻，你难道不赶快邀请岭国军队来援助吗？释佛尊者若被敌人抢走后，西藏就没有什么幸福可言了。你现在若派信差去已经来不及了，只有将这支神箭捎封信，立刻射到岭国格萨尔御前，请他派兵援助西藏……，藏王赤热巴巾醒来一看，果然有支神箭放在他的枕上，藏王非常高兴、立刻写了一封信，并在布达拉宫顶上薰了柏枝烟，嘱咐箭神唱道：

白吉拉姆女神等诸神，
为使西藏人众安居乐业来祈祷，
朱古军队侵略西藏，无故杀了不少人，
藏地好汉战了三年，
藏军敌不过朱军，
藏军遭到了失败，
释迦佛尊者面临被抢走的威胁。
请求你雄狮大王，
援助西藏来打败朱古侵略军。
西藏与岭国之间路途遥远。
派人到你御前需要很多时间，
今日只得祈祷箭神来捎信。

并对箭神说："箭神啊！你要不偏不倚地落到东玛域通洼贡敏地方的狮龙虎神宫中，你要恰恰落到坐镇在宫中的雄狮大王御前……

藏王赤热巴巾将神箭 朝东方射去，顷刻间，恰好落在雄狮格萨尔王御前。这时，雄狮大王心想：凡是上界天神即阿尼宁宁、莲花师和梵天王等有什么指示时，都下预言，从不射箭，不知此箭是谁发来的？格萨尔王把拴在箭上的信拆开一看，知道是藏王赤热巴巾向岭国请援兵的信。于是格萨尔王下令召集岭国内外的英雄们开会。

数日内诸臣在大厅中铺垫坐褥等工作准备就绪后，岭国六雄部的五十名英雄和七名精雄，鹞、雕、狼三雄、八个外国首领和英雄五十名，都在岭国通洼贡敏大厅外排队整齐，军旗猎猎地集合在一起了。

八个外国首领是：阿扎、息日、大食、蒙、霍尔、门、堆、姜等。侍人们薰柏枝烟，乐队吹唢呐来迎接君臣们进入大厅入座，大家入座就序后，雄狮王将西藏王射来神箭信的情况说了

一下，同时将信交给丹玛大臣念给大家听，这时，有的臣子说，朱古国路遥远，它的军队很勇猛，岭国英雄大都老了，不去援助为好。

丹玛说："我们去援助西藏打朱古侵略者，若不前去，我们算什么英雄？去就是支援西藏打败朱古昏君，不让释佛尊者被他们抢走，还要捣毁朱古武器宗……。"

于是，决定派三十名英雄，每人带领三万人马前去支援西藏，要辛巴、洞兄、玉拉、丹玛、蒙古阿扎等十五日内集合。

即将行军前夕，天母预言格萨尔说行军越快越好，格萨尔暂不宜去，先派扎拉孜领队当先锋官。

扎拉孜统率大队，准备前往杂曲村，在杂曲村左侧，有座箭堆似的山即老鹰飞翔之山，据说是通向朱古的路。原来，这地方是朱古国呷拉贡噶人，这个村庄就在呷拉贡噶山的背后。岭国大军到此时休息片刻。在这村庄附近有座城镇名叫纳曲毒宗，托郭王的外务大臣煞郭，也是托郭的妹夫，就住在这里。他属下有一百五十万百姓，煞郭知道有军队来的消息后，心中害怕，派人到喇嘛处卜卦问凶吉祸福，卜卦的喇嘛说："我们这里来的是岭国格萨尔王的军队，从卦示看来，朱军凶多吉少，煞郭大臣要特别当心。有一个青人穿碧甲者，此人是煞郭的夺名者，明日是最危险的时刻，明日过后，就能转危为安。煞郭一听十分恐惧。

再说，岭军方面也准备次日进攻朱古，于是派辛巴、洞兄、玉拉等臣。煞郭见岭军不多，以为容易被征服，命朱军严守四个城门。

岭军辛巴冲进东门，托结冲进西门，丹玛冲入北门，这时煞郭心想，今日不要去应战，明日再同岭军较量。冲进北门的丹玛同朱军激战一场，然后丹玛向煞郭射去一箭，说也奇怪，这支箭刚好射中煞郭的额中央，煞郭立即死去。随即向岭军冲来的是洛玛，但被岭军用套索套住了，随后朱军的阿郭夏纳米济冲上来应战，恰好这时大食、息日、蒙古、阿扎也冲上来了，洞兄同阿郭交战，但阿郭打不过洞兄，只好退却。洞兄猛追阿郭，阿郭节节败退，狼狈不堪，他躲在一个岩洞中，由于天命不让他和托郭王相会合，阿郭不知不觉地昏沉沉地躺在洞中，四周被岭军团团围起来了。

这时，岭军已占领了朱古的大部分地方，他的外务大臣煞郭虽被丹玛射死了，但托郭王不以为然，他命四名大将明日各带八万人马到拉龙地方冲入岭军营，并命令要拿下岭国将领的头、手。

朱军又派了三名侦探，这三名侦探能变化多端，有时变成有形，有时变成无形，这三名侦探无形中已冲入了岭军营，双方激战一阵，岭军射去的箭、矛、刀都射不中这三名侦探，而这三名侦探射过去的箭、矛、刀都准确地落在岭军身上。这样，双方进行了好几次激战，尸横遍野，岭军场场吃败仗。

这时，总管王说："看来，我们的哨兵和军队不是不负责任，也不是无勇，但从几场战争来看，朱古军队场场取胜，我认为，朱古军队一定有个附魂之所或命根子在双方的交战中

保护了他们，我们受了较大的损伤。我们没有捣毁它的附魂之所之前，暂且不要轻易地出兵交战。

当天黎明时分，扎拉孜接到仙女郭姜呷木的预言说："托郭王的附魂之所的威力确实不小，他的附魂所就在当纳部的山阳面、即当纳康松地方，在那儿就是托郭王的主要附魂地。在那山上的虎豹狼是托郭王臣们的附魂体，还有一只熊罴就是托郭王自己的附魂体，本月二十九日正是降伏托郭王附魂体之日，这一天可能降伏这些附魂体。

岭军到当纳山上，将这些虎、豹、狼、熊罴等附魂体全部杀掉，并根据郭姜呷木的预言，将朱古的三个金窟也全部攻克，把三大堆金子取出来驮成四百三十二驮子，凯旋回归岭国，然后将所获得的金子全部分给众臣和百姓，皆大欢喜。

（演唱者：桑　珠）

霍岭之战·宗巴赞帽

噜阿拉塔拉塔拉热，
塔啦是这歌的唱调。
喇嘛、本尊、空行母三，
祈祷、恩德、大悲摄持。
城堡中的胡须国王，
城堡门的吉祥王妃。
献茶、敬酒和献肉三，
这是宗巴们的好预兆。
骏马、马鞍和盔甲三，
这是梵天神好预兆。
爱询问的国王妃子，
这帽有这样的叙说。
宗巴们具有福寿三，
没法的地方是没有的。
我前往印度领域，
印度的法王对我说，
宗巴们进来吧请进！
我说宗巴要走又跑，
他说宗巴来的正巧，
可没有帽子真惋惜。
我想呀一定要顶帽！

我前往黑(衣)汉地。
黑汉执政王对我说，
宗巴们进来吧请进！
我说宗巴要走又跑，
他说宗巴来的正巧，
可没有帽子真惋惜。
下域汉地有句名言：
头无帽子是雪中鸟，
脚无鞋子似水中鸟，
身无衣袍似瘦青蛙。

我返回吐蕃领域。
吐蕃的国王对我说，
宗巴们进来吧请进！
我说宗巴要走又跑，
他说宗巴来的正巧，
可没有帽子真惋惜。
黑发藏人有句名言：
头无帽子似山野鸡，

脚无鞋子似红足鸽，
身无衣袍似水中鱼。
我想呀一定要顶帽！

圣释迦牟尼对我说，
宗巴们需要一顶帽，
倘若有帽符合佛法。
如意的石佛对我说，
宗巴们需要一顶帽，
倘若有帽便可引路。
北方上部龙凶神说，
宗巴们需要一顶帽，
若有帽能制伏敌人。
咱的护法神对我说，
宗巴们需要一顶帽，
倘若有帽能护头部。
我想呀一定要顶帽！

宗巴呀我们三兄弟，
去寻找制帽的料子，
先是奔赴圣的神地。
大神梵天王对我说，
宗巴们进来吧请进！
宗巴们需要些什么，
是否需要多毛神羊？
如你喜欢请牵走吧。
于是把神羊牵走啦。

我们未住此到念地。
念青唐拉神对我说，
宗巴们进来吧请进！
阿宗们需要些什么，
是否需要多毛念羊？
如你喜欢请牵走吧。
于是把红神羊牵走啦。

我们未住此到龙地。
宝石桂冠玉龙王对我说，
宗巴们进来吧请进！
阿宗们需要些什么，
是否需要多毛龙羊？
如你喜欢牵走吧。
于是把白龙羊牵走啦。

然后看这三只神羊，
若放下心脏又红又大，
如出售就可以卖掉。
那羊奶可当饮料喝，
那羊毛可制作衣袍，
羊该有的都已具备。
我给他们取名拉杰，
三兄弟将他们放生，
戴上莲花佛的耳环，
释迦牟尼授予加持。

一梵天仙女的央玛，
二龙王女儿拉嘎准，
三凶神女东拉措，
三位神女作牧羊人，
在秋季的三月里，
放牧绿草茂盛地方，
繁殖发展数千只羊。
在夏季的三个月里，
放牧百花盛开地方，
福运羊毛长“学洛罗”。
（即羊毛既长又多）

然后从梵天神那里，
派来神子明巴嘎穷，
接着从众凶神那里，
派来神子东日占堆，
相继又从龙王那里，
派来龙王公子维丹，
三位来帮忙剪羊毛。
首先从上面往下剪，
好比魔族向下征服。
然后从下面往上剪，
好比神族弘扬佛法。
不剪肩胛骨一撮毛，
这象征放生的标志。
不害怕有罪孽的人，
防闪电般狼来袭击。
脖子上留着一撮毛，
这象征防雨的标志。
不害怕那外地的雨，
提防房顶漏雨袭击。
臀部上面留一撮毛，
说臀部留毛很重要。
虽然羊尾代替臀毛，
好比十字百门关闭。
脖子上面留一撮毛，
它对剪毛毫无妨碍，
象征美肉吉祥标志。
面部上的毛不能剪，
人多的泪影不能留，
心口上的毛不能剪，
鸡胸上的毛不能拔。
然后积了一堆羊毛，
梵天的仙女岗卡卓，
中部的仙女色卡甸，
龙王的龙女曲拉珍，
让三位仙女织氆氇。

然后三兄弟到地狱。
地狱的阎王对我说，
宗巴们进来吧请进！
你们需要什么什么？
我说需要白色的铜。
你喜欢请拿走吧。
煮霍尔谷嘎尔时拿回来，
这期间任你使用吧。
寿尽煮此锅可解脱，
灶膛可以变成宝石，
火光可变成奶子海。
我背起白铜锅返回，
我把地狱的大铜锅，
放在红火的灶膛上，
用恩深的法来烧水，
从此地狱变成荒原。

我在地狱大铜锅中，
渗上莲花佛身寿水，
释迦牟尼的宝瓶水，
登巴协绕的咒语水，
从此地狱成净清界。
在不变形的四方盆里，
用这些水湿透羊毛。
先从东西湿透羊毛，
好比启开东友谊门，
犹如汉茶运到吐蕃。
再从南面透湿羊毛，
好比阻住屠夫去路，
犹如法力制伏魔族。

再从北面湿透羊毛，
好比阻住北敌去路，
犹如放牧公母牛群。

然后拧起那羊毛时，
好比神幡迎风招展。
把羊毛往下面压时，
好比把魔族往下压。
羊毛在阳光下晒时，
好比魔魂湖被日晒干。
羊毛在阴凉处风干时，
好比魔域被风吹散。
羊毛铺晒在地面时，
好比神恩德赐大地。

宗巴们不住此走啦，
三兄弟去寻找工匠。
来了神界工匠曲丹，
凶神界工匠达拉杰，
龙神界工匠罗拉皎，
匠王毕霞嘎玛四人，
一次把他们请来了。

工匠问宗巴做什么？
我答要做帽子帽子。
工匠问作帽有何料？
我将白毡放工匠前。
工匠说曾做过各种料，
这种料子从未见过。
要做什么帽子样式，
请工匠你拿定主意，
如果我满意就行啦。

然后工匠们开口说，
弘扬佛法有三种帽：
一是释迦佛修行帽，
二是莲花佛莲花帽，
三是登巴西绕头盖帽。
这些是弘扬佛法三帽，
是否制作这些帽？
我说不要做这些帽。

工匠说建法有三帽：
一是空性论德姆宿帽，
二是印度的莲花帽，
三是尖头的灌顶帽。
这些是建法的三帽，
是否要制作这些帽？
我说不要做这些帽。

工匠说维持法有三帽：
一是喇嘛戴的黄帽，
二是教徒戴的僧帽，
三是本教徒的花帽。
这些是维持法三帽。
是否要制作这些帽？
我说不要做这些帽。

工匠说破坏法有三帽：
一是九尖的魔鬼帽，
二是竿长的霍尔帽，
三是江域的黑翻帽。
这些是破坏法三帽，
是否要制作这些帽？
我说不要做这些帽。

工匠说维护法有三帽：
一是咒语师的黑帽，
二是修行者的红帽，
三是决巴的皮檐帽。
这些是维护法的三帽，
是否要制作这些帽？
我说不要做这些帽。

工匠说益处大有三帽：
一是国王的缠头帽，
二是臣戴的狐狸帽，
三是教徒的修行帽。
这些是有益的三帽，
是否要制作这些帽？
我说不要做这些帽。

工匠说无益有害有三帽：
一是强盗的缠头帽，
二是小偷的竹编帽，
三是骗子的裹头帽。
这些是无益有害三帽，
是否要制作这些帽？
我说不要做这些帽。

工匠说无益无害有三帽：
一是老头戴的皮帽，
二是妇女戴的风帽，
三是孺子戴的门帽。
这些是无益无害三帽，
是否要制作这些帽？
我说不要做这些帽。

工匠问：
做不做法师唐徐帽？
做不做修行发鬓帽？
做不做商人缠头帽？
做不做服役英姿帽？
做不做头人黄碗帽？
做不做年轻人毡帽？
做不做姨妈镶玉帽？
做不做空行母五扇帽？
做不做姑妈狐皮帽？
做不做猎人心愿帽？
做不做尼姑黄色帽？
做不做牧人遮雨帽？
做不做牧女毡子帽？
做不做印度布料帽？
做不做汉地马尾帽？
做不做南隅竹子帽？
做不做阿里部落帽？
做不做蒙古红缨帽？
做不做雄鹰翎子帽？
做不做公鹿镶玉帽？
做不做造孽人钵帽？
做不做百依百顺帽？
做不做罪人的纸帽？
是否要制作这些帽？
我说不要做这些帽？
你要的帽子我不会做？
我工匠不留要走了。
我说不留下请走吧，
有的说不走要做帽，
我劝宗巴不要说，
工匠宗巴便和好啦。
问工匠有别的帽吗？
工匠说再想不起了。
为寻找帽样商量后，

工匠说我要走要走。

嗣后宗巴自去寻找，
普天下之都已找遍。
找遍了山川每块地，
想找一个大山做样子，
所有山峰都试一试。
饶地球四周转一圈，

在那东洲神山坛城，
好比是圆圆的明月，
这不能做帽子式样。
在那南方洲世界上，
好比四方洲的骰子，
这不能做帽子式样。
在那西洲奶子故乡，
好比是初八的月亮，
这不能做帽子式样。
在那中间的须弥山，
有四角四坡一顶九，
这不能做帽子式样。

嗣后前往印度领域。
那印度百日安丹山，
好比狮子显示鬃毛，
这可做帽子的式样。
那黑须的夏瓦拉山，
好比白酥油蜷形山，
这可做帽子的式样。

又前往那汉地领域。
那座五台山的形状，
好比向神敬献幔扎，
这可做帽子的式样。
那汉地傲勇卧象山，
好比傲象盘踞平原，
这可做帽子的式样。
那吉祥如意的后山，
好比宝贝抱在怀里，
这可做帽子的式样。
九种轻料砌成的桥，
好比妙龄女牵经线，
这可做帽子的式样。

然后宗巴回到吐蕃。
那堆的岗嘎迪斯山，
好比是一座水晶塔，
这可做帽子的式样。
那玛旁雍错的神湖，
好比放着一座幔扎，
这可做帽子的式样。
那定日神圣的地方，
好比白布空中飘拂，
这可做帽子的式样。
那藏北上部曲朗山，
好比那俗民在放哨，
这可做帽子的式样。
那当雄念青唐拉山，
好比向神敬献切玛，
这可做帽子的式样。
那尺赞杰山的上部，
好比金盆盛满酥油，
这可做帽子的式样。
那桑杰山顶的边角，
好比红供品浇鲜血，
这可做帽子的式样。

那嘉黎杰山的姿态，
好比少年追求姑娘，
这可做帽子的式样。
当中部阿湟孜杰山，
好比酒瓮放置草原，
这可做帽子的式样。
那雅萨杰图塔尔山，
好比神牛傲踞雪山，
这可做帽子的式样。
那雅玛杰毕吾次山，
好比牛犊跟母牛山，
这可做帽子的式样。
那昂巴杰的富龙山，
好比小鸭跟母鸭山，
这可做帽子的式样。
那达岭杰的凶神山，
好比白供品祭奠神，
这可做帽子的式样。
那岗巴杰的神碑山，
好比野人怒视仇敌，
这可做帽子的式样。
那巴隆杰的富庶山，
好比头盔放置草原，
这可做帽子的式样。
那柳古杰的尖石山，
好比矛头指向苍天，
这可做帽子的式样。
岩石凶神王拉归山，
好比铁盔上插旗子，
这可做帽子的式样。
那措窝杰的白崖山，
好比穷汉兜衣乞讨，
这可做帽子的式样。

那斯瓦杰的匾平山，
好比雪猪钻进窝里，
这可做帽子的式样。
那次古杰的大虎山，
好比箭头插上红旗，
这可做帽子的式样。
那西护法铁灵魂山，
好比生铁桩钉那里，
这可做帽子的式样。
那地祇卡热江姆山，
好比王臣相臣对坐，
这可做帽子的式样。
那拉雅贝的大鹏山，
好比高空屹立岗哨，
这可做帽子的式样。
那雅堆亚拉香布山，
似空行母戴五扇帽，
这可做帽子的式样。
那圣地的莲花堆山，
好比鲜花堆放草原，
这可做帽子的式样。
那门隅的卡夏峡山，
好比玉帐侧面眺望，
这可做帽子的式样。
那藏北的洁白沙山，
好比白羊群海螺串，
这可做帽子的式样。
那霍尔觉拉彩紫山，
好比红供品祭凶神，
这可做帽子的式样。
那索得雅拉黄牛山，
好比驮牛群往后看，
这可做帽子的式样。

那阿迪的古牟尼山，
好比达尼(当地土语一动物名)托颚歇，
这可做帽子的式样。
那西藏波尼日扎山，
好比牵拉着红白网，
这可做帽子的式样。
那达徐北方迪巴山，
好比骑马牵着马，
这可做帽子的式样。
那纳徐拉玛藏巴山，
好比本尊的灌顶帽，
这可做帽子的式样。
那甲徐甲莫富庶山，
好比国王落坐宝座，
这可做帽子的式样。
那俄徐塘三凶龙山，
似三兄弟排列草原，
这可做帽子的式样。
那尼徐惹玛日次山，
似牧民群山赶羊羔，
这可做帽子的式样。
那协厚的红崖石山，
似圣人袈裟铺那里，
这可做帽子的式样。
那杰迪惹扎宗查山，
似铁匠木炭堆那里，
这可做帽子的式样。
那北方雀鸟牧杰山，
好比肚汉穿白盔甲，
这可做帽子的式样。
那南方荣拉坚赞山，
好比伟人屹立那里，
这可做帽子的式样。

那荣迪白色凶神山，
好比国王头上缠头，
这可做帽子的式样。
那觉卧维德贡杰山，
好比酥油酒珍味，
这可做帽子的式样。
那圣地的岗布塔山，
好比英雄怒视敌人，
这可做帽子的式样。
那芒的毕舍托玛山，
好比红布缠裹头上，
这可做帽子的式样。
那门隅阿郭达拉山，
好比马背架上金鞍，
这可做帽子的式样。
那东方的岗布王山，
好比彩色布条展开，
这可做帽子的式样。
那后藏的觉郭冲山，
好比羊群系上白旗，
这可做帽子的式样。
那嘎斯太阳崖石上，
好比雏鹰生长翅膀，
这可做帽子的式样，
那荣迪金刚白铃山，
好比黄鸭生长翅膀，
这可做帽子的式样。
那门隅恰库尔黄山，
好比壮汉穿猞猁皮，
这可做帽子的式样。
那竹益钦拉却雪山，
好比本教徒在念经，
这可做帽子的式样。

那嘉绒玛拉错则山，
好比野熊抖闪鬃毛，
这可做帽子的式样。
那东方玛杰崩热山，
好比雄师盘踞雪山，
这可做帽子的式样。
那玛益伦布结杰山，
似老人穿野牛皮袍，
这可做帽子的式样。
那东洲夏热拉孜山，
好比堡垒上安金顶，
这可做帽子的式样。
那格卓红灌顶帽山，
似本尊佛戴传经帽，
好比彩带装饰着它，
这就做帽子的式样。

向右边转了三次，
向左边又施转三次，
大的小的量了三次，
四位工匠记在心中。
还祝福那四位工匠，
要显示他们的智慧。
由我主叮嘱和指挥，
二十九日开始剪料，
定要压根剪掉魔发。
上面黏结布和毡料，
象征智慧、方法结晶。
在初一吉日开始缝，
四边绿弘扬神族法。
初三插上了飞禽翎，
初十帽子上系哈达，
设置弘法的好征兆。

十五日阿宗戴头上，
三界变成净清法地。
戴帽典礼庆贺十三天，
设屈服十三地吉兆。

霍尔的王臣们请听：
这顶帽子四四方方，
为什么这帽子有四方？
标志福运上开高寿。
这顶帽子有三个角，
标志征服罗刹凶神。
这帽仿须弥山制作，
四方表示四大洲，
四角表示八小洲，
翎代表无胜宫殿，
绿布边似无边海洋。

这顶帽子呀有四片，
往下流淌的四个海。
一是东边的赤措海，
二是南边的雀措海，
三是西边的霍措海，
四是北边的朗措海。

帽子上贴一块耳翼，
象征芒康岗、措瓦岗，
象征形成四水之岗。
那帽的装饰一大鹏，
象征三界被制伏，
大鹏展翅飞翔姿态，
显示征服三界威力。

那帽上系着那铜镜，

显示元祖先知先觉。
那帽顶插的飞禽翎，
显示不离开本尊佛。
那帽翎下系的横帘，
显示加持云彩环绕。

那帽上装饰的金刚，
显示护法神自显像。
那帽上装饰的贝壳，
显示连续获成就果。
那帽上悬挂着铜环，
显示吸引着空行母。

那帽上装饰的经络，
显示充满了空行母。
那帽装饰三角金刚，
显示竭力维持教法。
那帽上装饰的闪电，
显示着锋利和迅速。

那帽上的装饰小桩，
显示法力无与伦比。
那帽装饰九眼盔甲，
显示制伏凶猛无穷。
那帽上装饰的贝壳，
显示护法神助威强。

那帽右装饰的铁箭，
显示命比崖石坚固。
那帽左装饰的铁弓，
显示寿命丈量长度。
那铁丝拧成的弓弦，
显示拼命制伏顽敌。

那帽上装饰的花朵，
显示生和死的自由。
那帽上装饰的铜针，
显示维法神常佑我。
那帽上装饰的宝贝，
显示如意果像雨下。
那帽上装饰的莲花，
显示对财产不贪婪。

那帽上装饰的日月，
显示光明照亮黑暗。
那帽装饰五色彩旗，
显示四业任运成就。
那帽上装饰的藤子，
显示人智慧比藤高。

那帽装饰五种宝贝，
显示五体永不分离。
那帽装饰六颗沉雷，
显示六道众生解脱。
那帽右装饰的海螺，
显示神面比海螺白。

那帽装饰的蓝宝石，
显示父系蓝天辽阔。
那螺孔上装饰玛瑙，
显示仇敌眼流血泪。
那帽左装饰的水晶，
显示母系水晶亮洁。
那洁白色彩的闪光，
显示儿孙满堂兴旺。

那帽子中部宽又大，

显示幸福圆满无边。
那帽子腰部向外挺，
显示看破人间红尘。
那帽子尖端向下弯，
显示想法解脱众生。

那帽前堆着飞禽翎，
显示神馈赠成就果。
那帽子顶端向上立，
显示如来佛威望高。
那帽檐往下面垂着，
显示地狱门紧关闭。

那帽边围着的布条，
显示教法边缘围墙。
那帽拧成的黑白线，
显示分清善恶界限。
那帽边用布包起来，
显示禁锢敌人脑袋。

帽外非白色是灰色，
显示敌人垂头丧气。
帽里非黑色是黝色，
显示咱部落心满意。
那挂满海螺的帽带，
显示毕生信仰宗教。

四角四面和一顶九，
帽顶上插根雄鹰翎：
一根猫头鹰翎装饰，
象征盘踞修行禅地。
一根母雕翎作装饰，
象征具有武艺超群。
一根孔雀翎的装饰，
象征将五毒当食品。

一根水鸟翎的装饰，
象征人间泥丸解脱。
一根布谷翎的装饰，
象征善恶界限分明。
一根鹦鹉翎的装饰，
象征已获得三成就。

一根异乡鸟翎装饰，
象征维护众生事业。
一根公鸡翎的装饰，
象征主宰大乘见道。
一根黄鸭翎的装饰，
象征本教传给佛徒。
一根马鸡翎的装饰，
象征本教演变佛教。

一根公鸡翎的装饰，
象征奔向空行坛城。
一根仙鹤翎的装饰，
象征解脱苦难海洋。
一根鸽子翎的装饰，
象征各教和睦相处。

一根乌鸦翎的装饰，
象征教法不可动摇。
一根鹞鹰翎的装饰，
象征潜行动作灵巧。
那帽上插着各种翎，
象征教法母子融合。

这宗巴头上戴的帽，
象征威风压倒十道。
若以四洲作为模式，
象征广行众生事业。
吉祥的国王和众臣，
这顶帽大小是这样：

帽以卡计量仅一卡，
帽子的边角有一卡，
显示亲朋不失一卡。
帽子以寸量仅一寸，
这顶帽一寸不可能。
帽子的顶端有一寸，
显示对敌一寸不让。

帽以拇指量仅一指，
这顶帽一指不可能，
帽檐只有一拇指宽，
显示精神传授口诀。
帽以卡计量仅一卡，
帽子一卡是不可能，
帽子宽度就有一卡，
显示上界神面子大。

帽以冈计仅有一冈，
这帽一冈是不可能，
整个帽子重有一冈，
显示两脚者如法门。
帽以肘计仅有一肘，
这帽一肘是不可能，
帽子的角就有一肘，
显示修行者留成果。

帽以排计仅有一排，
这帽一排是不可能，
帽子飘带就有一排，
显示寿命获得自由。
帽以兜计仅有一兜，
这帽一兜是不可能，
帽子整体就有一兜，
显示勿作不善罪孽。

帽子放肩就有一肩，
这帽一肩是不可能，
倘若平放就有一肩，
显示自愿行善积德。

虽然吉祥的王妃说，
这顶帽子绝非一般，
行善着王妃口气大，
这帽并非与众不同。
那帽顶禽翎的装饰，
像水晶施转的岗底斯。
这帽子的四个角啊，
好比流淌的四条河。

这顶帽子的东角像，
森杜流淌的狮泉河。
这顶帽子的南角像，
岗嘎流淌的象泉河。
这顶帽子的西角像，
森典流淌的马泉河。
这顶帽子的北角像，
巴宿流淌的孔雀河。

帽子边缘布裹起来，

好比山顶围风石片。
帽子边缘布裹起来，
好比流水围绕普兰，
象征阿里地区形成。

帽子周围有四个檐，
两帽檐像左翼右翼，
另两檐像中翼支翼，
卫藏多康四翼形成。
帽子右边挂的莲花，
好比门·卡扎多鼻穗。
帽子左边挂的莲花，
好比蒙古北方鼻穗。
帽子四角四个鼻子，
好比四大岗四小岗，
象征康区大岗形成。

将帽子放在右肩上，
好比扛着座水晶城。
将帽子放在左肩上，
好比人扛着金佛像。
将帽子挂在右肩上，
好比授戒僧披袈裟。
将帽子挂在左肩上，
好比驮帮扛茶箱。
将帽子背在背后，
好比游方僧背钵盂。
将帽子托在手腕上，
好比美妇人抱小孩。
帽子上挂着那铜镜，
好比国王悬挂胸镜。

将帽子用右手捧着，
好比喇嘛持甘露瓶。
将帽子向上面举着，
好比向护法神供饮食。
将帽子用左手捧着，
好比修行者捧红供品。
将帽子向上面举着，
好比大头人举白瓷碗。
举着的帽子晃一晃，
好比本教徒击饶钹。

左手将帽面前提起，
好比僧人摇晃铃杆。
右手将帽向下拧着，
好经咒语师拧着桩。
将帽横着摊右手上，
好比空行母摇鼗鼓。

将帽子好好叠起来，
好比国王读文献。
当左右翎显示时候，
好比阿正在念经书。
将帽子挎在右肩下，
好比虎斑般的闪光。
将帽子挂在左肩下，
好比豹纹般的发亮。
将帽子挎在左腰间，
好比霍尔人挂碗套。
将帽子挂在脖子上，
好比医生挂的药袋。

双手将帽托举起时，
好比向神祭献供品。
将帽放地上卷起时，

好比咒语师抒供品。
将帽倒置在地上时，
好比铁匠在拉风箱。
从帽顶向里伸手时，
似老妇在袋里抓糌粑。

将帽抚摸着摇晃时，
好比牧民提炼酥油。
用手将帽子卷起时，
好比牧民捡酥油毛。
将帽用手托举起时，
好比供桑人撒糌粑。
将帽子用手抚摸时，
好比供品上抹酥油。
将帽子端放在怀里，
好比国王安居宝座。
将帽子端放在地上，
好比活佛搭小帐篷。

将帽子戴在头顶上，
好比公鹿炫耀双角。
将帽子从头摘下时，
好比鹞鹰扑落草原。
当左右莲花晃动时，
好比骏马抖动鞍具。

将帽用手竖在耳后，
好比小紫骡在饮水。
将帽用手贴在耳前，
好比野狼捕捉羊群。
将帽用手横贴耳上，
好比兔子安睡窝里。
帽子左右耳张开时，
好比野牛炫耀双角。
帽前翎子在颤动时，
好比野熊炫耀鬃毛。
帽上翎子往后压时，
好比雄狮炫耀玉鬃。

帽翎子倾斜颤动时，
好比颂扬山顶寺庙。
将帽用手横着拿时，
好比雄鹰展翅飞翔。
将帽檐用手抖动时，
好比母鹰颤动双翅。

将帽尖用手倒置时，
好比野鸡啄食草粮。
将帽子放在膝上时，
好比野鸭绕游湖水。
帽从膝盖往上拉时，
好比那仙鹤去放哨。

将帽放在右手腕上，
好比小男孩躺怀里。
将帽放在左手腕上，
似盛装男带扎年琴。
帽置手腕向上抬时，
似盛装女捧着酒器。

将帽带搭在肩膀上，
似算命彩色卜线结。
帽顶用右手抓住时，
好比老者拧茶口袋。
将帽子放在左手腕，
好比财神抱着猫鼬，

好比神猫鼬吐出宝贝。

霍尔王臣看像不像？
这顶帽子无不齐全。

看帽前像释迦坛城，
圣族拥有神法齐全。
看帽后莲花佛坛城齐全，
黑发人拥有神齐全。
看帽角拥有智慧齐全，
本教雍中拥有神齐全。
帽三尖表示三佑主，
三部佛体聚此齐全。
帽六台阶表示六佛族，
六道众生拥有神齐全。
看右帽好比白度母，
拥有长寿神都齐全。
看帽左好比缘度母，
救星拥有神都齐全。
这帽缀着各种装饰，
显示百位转世活佛，
拥有神的坛城齐全。
帽四方显示司梵天王，
降伏司恶魔都齐全。
帽四角后显示五族，
圣言的坛城都齐全。

这顶帽子无不齐全，
全都集中在这帽上。
全集中帽上太好啦！
法神的智慧都齐全！！
胡须国王你说是否齐全？！
放荡王妃你说是否齐全？！
自从开天辟地以来，
这种帽子未曾有过！
埃日呀！是不是？

（选自西藏人民出版社1980年12月出版的藏文本《格萨尔王传·霍岭之战》下册）

赞　帽　子

（《格萨尔王传》选段　三人表演唱）

土　登整理改编
李成军汉　　译

合：好！好！白帐天王陛下，尊贵的公主陛下，十二个红、黑部落的长官们，听我们阿宗三弟兄将来历表一表。

甲：白宗我头戴海螺巾，
在印度地方有名望。

乙：黄宗我头戴金头巾，
在高原藏地谁不知。

丙：绿宗我头戴绿玉巾，
在辽阔汉地美名扬。

合：我们不叫阿宗是汇综，

甲：一是阳光照金顶，

乙：二是王后来赏光，

丙：三是阿宗来卖艺，

合：三事汇合最吉祥。

现在大家吃饱了，喝足了，谢

谢王后的恩典，为了回答王后的问话，我们针尖对麦芒，有问就有答的奉上几句。

鲁阿拉塔拉塔拉热，
塔拉鲁益连鲁热。
若不识这是啥地方？
霍尔宽敞的四方坝。
若不知我是哪一个？
我们是宗巴三弟兄。
城楼上国王大胡子，
宫门口王后大善人，
赏茶赏酒又赏肉，
盛情接待我们弟兄，
承蒙王后来下问，
将帽子来历说一说，
我们阿宗三兄弟，
什么地方没有去过？

甲：首先去到印度地，
印度那个佛法王，
说阿宗驾到很高兴，
没有帽子不像样。

乙：而后又到汉地去，
汉地那个执法王，
说阿宗驾到很高兴，
没有帽子不像样。

丙：最后来到藏地区，
藏地那个地方王，
说阿宗驾到很高兴，
没有帽子不像样。

唱：因此我们想有顶帽子，
为做帽才到处找东西。

甲：首先到上界神仙地，
牵来一头灰神羊。

乙：到念青古拉山神处，
牵来一头红神羊。

丙：最后又到龙宫里，
牵来一头白龙羊。

合：三种神羊一齐放，
叫三位姑娘去放羊：
阳光三月好春光，
生下千百小绵羊；
天地龙神的小羊羔，
剪下羊毛像山样，
羊毛里面取一份，
委托三女擀毡子。

合：而后阿宗不稍停，
天地龙界请三裁缝，
连同比夏嘎玛裁缝王，
阿宗同时去邀请，
裁缝说阿宗要做啥？
我说要做一帽子。
裁缝说用啥料子？
我说就用这白毡子，
裁缝说，
过去什么都做过，
没见过这样的好料子。
裁缝又问做什么帽？
我说是，
请四位裁缝拿主意，
中了我意就合适。

甲：裁缝说，
做不做隐士修道帽？
做不做商人包头帽？
做不做碗形长官帽？
做不做骡夫缠头帽？

乙：做不做僧人司台帽？

做不做武士毡帽子？
做不做牧童遮雨帽？
做不做牧女防风帽？
丙：做不做内地乌纱帽？
做不做印度布帽子？
做不做阿里朵夏帽？
做不做蒙古武士帽？
甲：这些帽子我都不做，
乙；我做的帽子你不会。
丙：裁缝说我再想不出。
甲：商量着去找帽样子，
乙：裁缝就说我去找，
丙：阿宗说是我也去。
甲：普天之下都找遍，
乙：找遍了山川每块地，
想找个大山做样子，
所有的山峰都试一试。
丙：走遍了天下四大洲，
东圣神洲坛城里，
圆圆如同一明月，
这个不能做帽样子。
甲：接着来到印度地，
有座布日额丹峰，
犹如雄狮抖玉鬃，
这个做帽样也不行。
乙：而后去到汉地方，
汉地有座五台山，
好像向神献“馒扎”(供品)，
这个做帽样也不行。
丙：后来又到藏地方，
藏地有座冈底斯山，
好似水晶塔落地盘，
这个做帽样也不行。
甲：当雄念青唐拉山，
好像给神献“切玛”，(供品)
做帽样子行不行？
乙：东方阿尼玛钦山，
好像雪狮踞山巅，
做帽样子可好看？
丙：格佐日玛旺壶山，
好像喇嘛戴佛冠，
想用它来做帽样子。
唱：围着它向右转三转，
再围它向左转三转。
照它的样子比三次，
四位裁缝记心间。
随后裁缝同商议，
裁缝要我出主意，
帽主我来做安排，
二十九日就开始。
上边贴上布和毡，
缝的那天是初一，
初三那天插鸟羽，
初十那天缀帽带，
十五阿宗戴帽子，
宴会庆贺十三日。
霍尔君臣们听我说，
这帽按圣山做样子。
四面象征四大洲；
四角象征八小岛，
按照天宫样子插鸟羽。
甲：帽上装饰一大鹏，
镇压三界鬼神惊。
帽上装饰一明镜，
明镜高悬是非分。
帽顶插上一鸟羽，

预兆福运像彩虹。
帽上镶饰一金刚，
预兆本尊常随身。
乙：上面的各种装饰品。
预兆事事都成功。
右面装饰一铁箭，
贵寿犹如岩石坚。
左面装饰一铁弓，
预兆贵体寿命长。
这帽上面饰花朵，
象征着生死自作主。
丙：这帽上镶饰一宝珠，
财富汇聚如下雨。
这帽上面镶日月，
象征愚昧见光明。
帽上镶饰五彩绸，
象征着事业自然成。
帽上镶饰五种宝，
预兆五佛不离身。
合：装上五彩禽鸟羽。
预兆法性如母子。
阿宗把帽子戴头上，
预兆威慑十方地。
按照四洲做样子，
象征众生得超度。
甲：帽沿周围布镶边，
是阿里三围形成相。
帽子上面摺四折，
是卫藏四部形成相。
四角镶上四个鼻，
是青藏六岗形成相。
众位君臣听我说，
这帽子比喻还很多。

甲：这帽用指量有一指，
虎口量时有一虎口。
乙：若用寸量有一寸，
若用肘量有一肘。
丙：若用拃量有一拃，
若用度量有一度。
合：放在怀里有一抱，
放在肩头一肩长，
自从上古天地成，
这种帽从来没有过。
唱：将它放在右肩上，
犹如水晶塔肩上扛。
将它放在左肩上，
好像骡夫扛茶箱。
将它拿在右手中，
好像喇嘛托宝瓶。
将它拿在左手内，
它像长官持茶杯。
右手朝下紧握住，
好像巫师拿降魔杵。
将它放在肘窝中，
犹如妇女抱孩童。
将这帽子摺叠起，
好像国王读书籍。
将帽子顶尖按地上，
好像铁匠鼓风箱。
将帽子横着放在地，
好像牧女揉奶子。
将这帽放在草坪上，
好像喇嘛的小帐房。
将这帽子头上戴，
好像麅子长了角。
这样的帽子谁见过？

是不是？
霍尔君臣们？
对不对？
帽子上样样都齐备，
前面看佛爷都来到，
后面看祖师全到齐。
侧面看智慧佛满座，
镇慑四魔的全都齐。
这里一位也不缺，
宗巴帽上全聚齐。
集中一起特别好，
是不是？
请问国王大胡子？
齐不齐？
请问王后贵妇人。

仲谐曲本资料选

姑 娘 胡 姆 宗 巴

山谷里有个少年，名叫边干加鲁；平川上有个姑娘，叫做胡姆宗巴。两个人从小就十分要好，好像茶叶离不开盐巴。看样子这桩婚事算是定了吧！可是不行。姑娘的父母，早把女儿许给了一个蒙古头人，胡姆宗巴一点也不知道。姑娘出嫁的头一天晚上，少年悲伤地唱道；

胡姆宗巴姑娘啊！
今晚我们在一起，
说说炉火一样暖的话。
明天就要各走各的路，
多么悲伤啊，多么悲伤！

少年边干加鲁的衣裳，
姑娘胡姆宗巴的衣裳，
要是今晚放在一起，
多么高兴啊，多么高兴！
明天就要各走各的路，
多么悲伤啊，多么悲伤！

少年边干加鲁的靴带，
姑娘胡姆宗巴的靴带，
要是今晚放在一起，
多么高兴啊，多么高兴！
明天就要各走各的路，
多么悲伤啊，多么悲伤！

少年边干加鲁的手掌，

姑娘胡姆宗巴的手掌，

要是今晚放在一起，

多么高兴啊，多么高兴！

明天就要各走各的路，

多么悲伤啊，多么悲伤！

第二天一大早，蒙古头人的迎亲使者接姑娘来了。父亲对胡姆宗巴唱道：

阿爸眼里的瞳仁，

姑娘胡姆宗巴啊！

醒醒，不要再睡了！

去那蒙古头人家，

做高贵的新娘子吧！

姑娘流下眼泪，唱：

亲爱的阿爸呀，

请你听一听：

我上面有大姐姐，

我下面有小妹妹，

珊瑚松石一起戴，

脸儿身材一样美。

那个蒙古魔鬼地区，

为什么偏偏让我去？

母亲来到女儿跟前，唱：

阿妈心上的油脂，

姑娘胡姆宗巴啊！

起来，不要再睡了！

去那蒙古头人家，

做高贵的新娘吧！

姑娘还是不愿意。这时，姐姐走过来，对胡姆宗巴说：

亲爱的妹妹啊，

请你听一听：

楼上的经幡你来管，

外边的庄稼你来管，

父亲的被子你来铺，

母亲的被子你来铺。

如果你做好这些事，

我就去蒙古当新娘。

胡姆宗巴唱道：

亲爱的姐姐啊，

请你听一听：

楼上的经幡我来管，

外边的庄稼我来管，

父亲的被子我来铺，

母亲的被子我来铺。

要我去蒙古当新娘，

我心里痛苦又悲伤。

可是，父母的指令就像威严的雪山，胡姆宗巴无法违抗。她只好跟着蒙古头人的迎亲使者出发了。

走呀，走呀，迎亲队伍走到一个广阔无边的草坪。草坪上有三只鹿在奔跑跳跃，胡姆宗巴唱道：

前面那只鹿，

是小鹿的母亲，

好像是姑娘胡姆宗巴。

后面那只鹿，

是小鹿的父亲，

好像是少年边干加鲁。

中间那只鹿啊，

就像娶我的蒙古头人。

走呀，走呀，迎亲的队伍走到一个绿茵茵的大湖边。湖上有三只黄鸭在水中漫游，胡姆宗巴唱道：

前面那只黄鸭，

是小黄鸭的母亲，

好像是姑娘胡姆宗巴。

后面那只黄鸭，

是小黄鸭的父亲，

好像是少年边干加鲁。

中间那只黄鸭啊，

好像娶我的蒙古头人。

迎亲队伍终于到了蒙古地方。头人和胡姆宗巴在蒙古包里举行了隆重的婚礼。姑娘瞧着面前的三只瓷碗，唱道：

蓝色花纹的瓷碗，

好像是姑娘胡姆宗巴。

红色花纹的瓷碗，

好像是少年边干加鲁。

中间的斑纹花瓷碗啊，

就像娶我的蒙古头人。

自从胡姆宗巴姑娘到了蒙古地方，那里风调雨顺，牛羊肥壮，可是，离开了家乡，离开心爱的少年，姑娘一直闷闷不乐，茶饭不香。一天，胡姆宗巴到河边打水，一位远方来的骑者告诉她："自你离开家乡后，少年边干加鲁成了疯子，不知去向。"姑娘眼泪滚滚，手中的舀水瓢掉进河里，她纵身跳进波涛汹涌的大河中。

（浪卡子县桑珠旺堆演唱，贡桑坚参、达瓦扎西搜集，德庆卓嘎、赛里麦译）

晃脑袋的蠢人和梵天小姐

巍峨的雅拉香波山脉和奔腾的雅堆普曲河边，有一座古老的宫殿，名叫雍布拉岗。很早很早以前，这附近有一座小镇，住着七十多户人家。镇里有两个大家族，一户叫扎西康萨，一户叫平措康萨，在雅砻一带遐迩闻名。两个家族财富不相上下，相互礼尚往来，表面看来关系很是融洽，但暗地里总在比高低。

藏历龙年五月十五日，扎西康萨家的儿媳白玛德吉和平措康萨家的儿媳卓玛，精心打扮一番，每人带着一名女仆，一起转山去了。两人都有了三个月的身孕。煨了桑以后，她们高高兴兴来到扎西康萨家吃午宴。卓玛说："白玛德吉啦！如果将来我们一个生男孩，一个生女孩，就让他们结为夫妻好不好？"白玛德吉说："要是这样，真是再好不过了。我们都是上等家族，说话不能像吹灰，立个婚约吧！"于是，两个家族为母腹中的孩子立下了婚约。

不久，孩子出世了。扎西康萨家生下一个男孩，平措康萨家添了一个女孩。两家热热闹闹，庆贺了七个白天，欢喜了七个夜晚。每逢节日，两家便互相宴请。看样子这桩美满的婚姻算定了吧！

不知不觉十多年过去了，两个孩子已长成少男少女。不想扎西康萨家的男孩变得又笨又蠢，笨得连手也抬不起，蠢得连话也说不清，人们都叫他"晃脑袋的蠢人"。平措康萨家的女孩，却是人人见了人人喜欢，长得像格桑花那样美丽，说话像布谷鸟那么动听，性情像绵羊一般柔顺，人们都叫她"梵天小姐"。

两个孩子越长越大，两家的关系却越来越疏远了，一年只来往一两次。不久，平措康萨家准备招一户小康人家的儿子微西为女婿。藏历十月三号，梵天小姐的父母要到微西家敬求亲酒。消息传到扎西康萨家，白玛德吉愤愤地说："卓玛违背诺言，出尔反尔。我们若不以牙不牙，决不罢休。我要向头人告状。"她的丈夫顿珠沉默了好一阵子，说："吃饭没有答谢就像骗子，说话没有回答就像哑巴。这门亲事原是平措康萨家提出来的，现在他们反悔了，若是我们默认，别人会说我们是笨蛋。可是我们的孩子这副模样，也难怪人家不愿意。俗话说，'朝天撒把灰，一半落地，一半落头。'我们不要轻易向头人告状，想想别的法子再说。"

三号早晨，白玛德吉刚醒来，就想起今天是梵天小姐的父母去敬求亲酒的日子，不由得又气又急。她冲着儿子滔滔不绝骂了起来："傻子，你本来和梵天小姐指腹为婚，白纸黑字，写得清清楚楚。可你变得这样笨，连话都说不清。看来这桩婚事没指望了。"晃脑袋的蠢人说："阿妈，请不要着急！给我几块金币吧，我要去学说话。"白玛德吉长叹道：

生就是块黑木炭，
水里洗了布上擦，
抹上麝香和冰片，
也不会变得白又香。

生就像驴一样笨，
学会说话有啥用？
本来像猪一样丑，
哪能变成英俊小伙？

为了满足你心愿，
拿去这五枚金币；
想学说话就学吧，
再到微西家看一看。

晃脑袋的蠢人揣好金币出门了。路过一个方方正正的林卡，只听鸟儿叽叽喳喳叫个不停。这时，一个年轻人走到林卡边上，鸟儿突然沉默了，林中一片寂静。年轻人唱道：

四四方方的林卡，
悦耳的鸟声响成一片；
我刚刚来到这里，
却突然听不到一丝喘息。
你们为何这样害怕？

是否吉祥的预兆，

我要胜过众人了？

歌声刚落，晃脑袋的蠢人忙说："大哥，请教教我这支歌，我给你一枚金币。"年轻人高兴地接过金币，说："好！好！"

晃脑袋的蠢人继续朝前走，迎面过来一位老者，蠢人正想打招呼，一只老母猪突然从他们中间横穿而过。老者唱道：

你这个老母猪啊，

直着不走横着走，

急急忙忙不看路，

刀穿胸膛要丧命！

晃脑袋的蠢人连忙请求："老者啊，请教教我这支歌，我给你一枚金币。"老者笑眯眯地接过金币，说："好！好！"

蠢人来到雅堆普曲河边，河上有两座桥，上游是双木桥，下游是独木桥。河对岸过来两个人，年老的跨上双木桥，年轻的走上独木桥。年老的刚到桥中间，年轻的已到桥尽头，唱道：

小路比大路快，

独木桥比双木桥快；

古人的谚语很正确，

你老家伙慢慢地来。

晃脑袋的蠢人赶忙送给年轻人一枚金币，跟他学唱这支歌。

蠢人走到密林中，忽听一声吼叫，只见一只豹子咆哮着扑向一个人。那人弯下腰，豹子扑了个空 。那人转身抓住豹子尾巴，迅速抽出腰刀，刺入豹的心脏。唱：

豹子的尾巴，

不要先抓住，

抓了再放要送命；

嘴巴是门坎，

不该说空话，

否则家族要遭殃。

晃脑袋的蠢人惊呆了，半天半天，他才结结巴巴地对那人说："请教教我这支歌，我给你一枚金币。"那人说："好！好！你好好听来好好记，总有一天会有用的。"

蠢人走着走着，又瞧见两个人打架。年老的把年轻的打得半死不活，然后扬长而去。年轻的躺在地上，恨恨地说："我要向钦差大臣（当时清代驻藏大臣）告你，如果大臣不能秉公执法，我就要告到朝廷。我向三宝发誓，就是雅拉香波雪山变成岩石山，我也要告下去；雅

砻藏布江干枯变成沙滩，我也要告下去。”晃脑袋的蠢人急忙说：“请教教我刚才说的那些话，我给你一枚金币。”那人点点头，“好！好！你用心记，瞧你这副模样，将来也少不了挨打。”

蠢人来到敬求亲酒的地方，只见满门盈客，有的人在玩骰子，有的人在玩藏牌。瞧见晃脑袋的蠢人进来，众人很是奇怪，屋子里一时鸦雀无声。蠢人唱道：

四四方方的林卡，
悦耳的鸟声响成一片，
我刚刚来到这里，
却突然听不到一丝喘息。
你们为何这样害怕？
是否吉祥的预兆，
我要胜过众人了？

众人面面相觑，十分惊讶，“这个晃脑袋的蠢人，很会说话嘛！”

蠢人坐到卡垫上。梵天小姐的母亲卓玛给他端上一碗茶，蠢人瞪着眼睛唱道：

你这个老母猪啊，
直着不走横着走，
急急忙忙不看路，
刀穿胸膛要丧命。

卓玛满脸通红，低头走开了，心想：“该死的蠢人，他竟敢骂我！”

晚餐吃面条。仆人发给每个客人一双筷子，只给了蠢人一支筷子。蠢人头也不抬，“呼噜”几下一扫而光。别人一碗还没吃完，他已三碗下肚了，然后得意地唱道：

小路比大路快，
独木桥比双木桥快；
古人的谚语很正确，
你老家伙慢慢地来。

客人们更是奇怪，怎么也想不到晃脑袋的蠢人用一支筷子吃得那么快，嘴里还能编出那么好听的歌。

饭后，梵天小姐的父亲扎西和一名女仆给客人们敬酒，蠢人唱道：

豹子的尾巴，
不要先抓住，
抓了再放要送命；
嘴巴是门坎，
不该说空话，

否则家族要遭殃。

扎西无言以对，心想："他哪里像个蠢人？讽刺人那么尖刻，我没有办法回敬他。"

宴席结束了，晃脑袋的蠢人喝得迷迷糊糊，摇摇晃晃随客人们一起下楼，边走边说："我要向钦差大臣告你们，如果大臣不能秉公执法，我就要告到朝廷。我向三宝发誓，就是雅拉香波雪山变成岩石山，我也要告下去；雅砻藏布江干枯变成沙滩，我也要告下去。"梵天小姐的父母以为蠢人要告发他们违背婚约，心里很是不安。

等客人们全部散去后，微西的父亲问卓玛："今天扎西康萨家的儿子搅乱一桌宴席，还说了很多讽刺话，不知为什么？"卓玛叹了口气，说："扎西康萨家的儿子和我们小姐曾指腹为婚，可是他们的儿子长大后变得又笨又蠢，因此我们就解除了婚约。"微西的父亲说："啊呀呀，原来是这样！我们两家结亲，算是吉祥如意。可我一向不喜欢那种背信弃义的事情，"微西接着说："大家都相信，因为太阳和月亮，天空才有光芒；因为扎西和平措，地上才有财富；在人间得吃得穿有好名声，要靠两大家族。我被平措康萨家招为女婿，是前世造福的缘故。可我不愿违背神圣的道德，请你们按照最初的诺言去做吧！"卓玛又伤心又生气，"求亲酒席都摆过了，怎么能再变卦？"

梵天小姐在外面听了这一席话，唱：

开始许下的诺言，
已有神来见证；
像山一样不动摇，
神会为你欢喜。
我虽是卑贱女子，
也想躬身实践；
可阿妈摇摆不定，
背弃高尚情操。
我不满却又不敢，
违背父母之命。

卓玛听到女儿的歌声，久久说不出话来。她和丈夫平措商量了一夜，决定和扎西康萨家重归于好。

第二天，平措带上礼物前往扎西康萨家。远远瞧见三队骡帮迎面走来，第一队骡帮驮着青稞，领头骡背上插一支红幡旗，上面写着：

信义抛到身后，
花言巧语骗人；
若不狠狠回击，
美德无法宏扬。

平措问戴着银耳环穿着黑氆氇藏袍的骡夫："你们去向何方?"骡夫撒谎道："去圣地拉萨。"平措问他去做什么？骡夫说："去找说假话的奴才。"

后面紧跟着来了第二队骡帮，驮着沉重的箱子。领头骡背上插一支黄幡旗，上面写着：

好心女人卓玛，

出尔反乐不讲信义；

若不严厉回击，

诺言从此无人相信。

接着来了第三队骡帮，驮着闪闪发光的砖银子。领头骡背上插一支橙色幡旗，上面写着：

浊世平庸之辈，

转眼为亲转眼为仇；

这样摇摆不定，

成了亲戚也不庆幸。

平措见此情景，心乱如麻。古人说，"亡命者能推倒世界"，看来真像蠢人所说，他们要向钦差大臣告状去了。想着想着，他来到了扎西康萨家。没等主人开口，平措唱道：

一望无际的天空中，

我们曾像星月环绕。

近来仿佛乌云遮挡，

星星月亮隔了幕障。

今天我来此处拜访，

要拨开灰暗的乌云。

蓝蓝天空洗掉污垢，

星星月亮重放光芒。

主人顿珠笑了笑，唱：

平措嘴里尽讲扎西，

好像神乐一样动听。

从前卓玛的金嘴里，

滴出松石般的唾液，

不料却像水泡消失，

这叫我们如何理解?

现蛇身自缠自松开，

也不妨坐下谈一谈。

平措忙说：

正确正确正确，

正合我的心意。

蛇自缠自解开，

其中必有原因。

两个老头重述往事，言归于好。不久，晃脑袋的蠢人和梵天小姐举行了婚礼。

（1984年西藏政协江登白久演唱）

俄曲河边的传说

俄曲河像一条蓝色的飘带，飘呀、飘呀，从银光闪闪的岗桑雪山飘下来，飘过一座座风景秀丽的小山村，就在蓝色的俄曲河边，流传着这样一个爱情的传说。

北村有个牧马少年，叫做蒙培吉武；南村有个牧羊姑娘，叫做琼青尼玛。南北两村隔河相望，一张铁索桥把他们紧紧相连。

隔着蓝蓝的小河，蒙培吉武和琼青尼玛从小互相看着长大。男孩子在这边放风筝，女孩子在那边看；女孩子在那边唱歌，男孩子在这边答。在阳光和风雪中，他们渐渐长大了，长成青桐树那么粗的小伙子，长成格桑花那么美的俊姑娘了。蓝蓝的俄曲河，挡不住悄悄来临的爱情脚步。今天少年过来，把群马的彩霞染遍南山；明天姑娘过去，将绵羊的珍珠撒满北坡。

金鹿，离不开芳草地，布谷鸟，依恋着杨树林。别说少年和姑娘难分难舍，互相眷恋，就是他们的牧群相遇，也显得格外亲热和欢欣。

这天，太阳暖暖地照着，河水哗哗地流着，小鸟啾啾地叫着。少年蒙培吉武，赶着马群从金光闪闪的河中蹚过来。比他早到的牧羊姑娘琼青尼玛，载歌载舞地跑来迎接他。

你好啊你好，

阿哥蒙培吉武你好！

快把公马赶上左坡，

快把母马赶上右坡。

快把火焰般的小马驹，

赶进避风向阳的山窝。

少年一边分开马群，一边答道：

炉火一样暖的话儿，

昨天还没讲完呢。

河水一样长的歌儿，

今天还要接着唱呢！

……

*他们砍下几根树枝，搭起遮阳挡雨的凉篷；他们搬来三块石头，架起熬茶煮奶的铁锅。*羊儿和马儿，在无忧无虑地吃草；姑娘和少年，喝着浓茶，捻着毛线，话儿越说越多，毛线越捻越长……

幸福的时刻过得快，一眨眼已是日落西山，两个人才难舍难分地告别，各自赶着牧群回家。琼青尼玛回家晚了，阿爸阿妈不高兴了。姑娘说："羊儿贪恋春草，乌尔朵(羊毛编织的抛石器)也赶不回来，女儿我没有办法呵！"

第二天，又是金子般的好天气。太阳暖暖地照着，河水哗哗地流着，鸟儿啾啾地叫着。姑娘琼青尼玛，赶着羊群从邦金花丛中走过来。比她早到的牧马少年，兴高彩烈地跑来迎接她。

你好呵你好，
妹妹琼青尼玛你好！
快把山羊放到左坡，
快把绵羊放到右坡。
快把浪花般的小羊羔，
放进背风向阳的山窝。

姑娘一边分开羊群，一边答道：

彩虹一样美的腰带，
今天还要接着织呢。
星星一样多的话儿，
肚子里还有一半呢！

两人找到一墙山洞，挡住寒冷的风儿；两人拣来许多干柴，燃起红红的火儿。羊儿和马儿，在自由自在地啃草。姑娘和少年，吃着羊肉，编着腰带，如同沸腾的牛奶放进蜜糖，生活有着说不完的温馨甜美。

热恋中总嫌日子短，一眨眼月亮升上雪山。姑娘少年你送我我送你，最后各自赶着牧群回家。

琼青尼玛回家更晚了，阿爸阿妈更不高兴了。姑娘说："羊儿赶吃春草，跑过了三个山头，让女儿我找到现在。

从春天到夏天，从夏天又到秋天。春天落生的羊羔，已经离开娘了；春天播下的种子，已经开镰了。小伙子心中有句热烘烘的话，总想跳出嘴唇；姑娘心里有支甜丝丝的歌，总想蹦出胸膛。有一次，他俩来到温泉附近放牧，少年取下自己的金耳环，交给姑娘保管，在温泉里洗了头发，坐在绿草坪上，请姑娘编辫子。忽然，一只"帕哇(豺)"从山上滚下来，惊诧了马群，少年心急火燎地追马去了。正在这个时候，阿妈又到了牧场，逼着琼青尼玛赶羊回

家。姑娘没有办法，悄悄将金耳环用羊毛包严实，埋在他俩架锅的温泉边，又用三块石头做一个记号。

轻薄的风，总要摇动树叶；无聊的嘴，总爱挑动是非。阿爸阿妈听信了种种非议，不让琼青尼玛再上山放羊，交给她一把镰刀，叫她到地里割青稞。姑娘跟阿爸说，找阿妈吵，可是酥油碰不过石头，只得交出乌尔朵，到秋收地里干活去了。

蒙培收拢了惊马，回来找不到姑娘，心中非常纳闷。第二天天不亮，在山上等呀等呀，还是看不到琼青尼玛的影子，听不到琼青尼玛的歌声。少年像只发狂的烈马，从山上跑到山下，又从山下跑到山上，最后他才看见姑娘在地里收割青稞，便借询问耳环的机会，试探姑娘的心：

有一只金翅鸟儿，
掉下左边的翅膀；
请问收割的姑娘，
可知它落在何方？

所有割青稞的人，都不知道他唱的什么意思；只有琼青尼玛，用歌声回答道：

我见过金翅鸟儿，
见过它左边的翅膀；
温泉边三颗白石，
就是它掉落的地方。

这本来是平常的歌，又在村里引起非议，闲话像冬天的乌鸦，从南村飞到北村，又从北村飞到南村。琼青尼玛的阿爸阿妈十分生气，找了个媒人，把姑娘嫁给岗桑雪山那边一个商人。

一天，琼青尼玛从地里回来，看见院子里拴着骡马，凑到窗子一望，屋里来了几个不认识的人。他们给阿爸献了哈达，又给阿妈送了围裙、藏袍、银钱三样礼物，天呀！这不是迎亲的“罗布帮松”（定亲时，给女方母亲送三件礼物）吗？这不是他们要把我抛到不相识的人家吗？

姑娘赶紧跑啊赶紧跑，跑到蒙培牧马的北坡下，对着少年唱道：

哥哥蒙培啊，
我阿爸要把我卖掉了，
阿妈要逼我嫁人了，
你有话语讲就讲呀，
你有办法想就想呀！

孤孤单单在山上放了几天马的蒙培，因为耳环的事，正在和姑娘生闷气呢，一气姑娘不该离开他到地里收青稞，二气姑娘不该把他的金耳环埋在泥土里。他哪里知道，马儿跑

得快，全凭鞭子作主；可怜的琼青尼玛，正受着父母的看管呵！为了报复琼青尼玛，随口编唱道：

妹妹琼青尼玛呵，

你想找婆家你就找吧，

你爱嫁人你就嫁吧，

大路上没有强盗拦你，

小路上没有石头绊你。

听了青年的回答，姑娘感到头上的天塌了，脚下的地空了，她靠着一棵杨树，站了一阵时间。本想上山问个明白，自己又不好意思，因为她是个十八岁的姑娘呵，只得移动石头一样沉的脚，一步一步走进家门。

迎亲人看见琼青尼玛这样年轻美丽，称赞的话像瀑布一样流出来，当时给她送上"简架刚规"五样礼物，就是藏袍、藏靴、围裙、首饰和腰带。

可是赞美的话语，姑娘一句没听；贵重的东西，姑娘一样没看。她心里装的是蒙培吉武，脑子里想的是蒙培吉武，从小相爱的人呵，要么你捧着哈达从前门向我求婚，要么你牵着快马从后门接我逃奔。为什么用那样的恶言恶语刺我，是不是你这小伙子变了心？是不是河水喧闹，他没听清我的话语？是不是雾气升起，他没看清我的愁容？

梳装打扮的时间到了，明天天不明就要动身了，琼青尼玛借口洗头，半夜走到蓝蓝的俄曲河边，隔河对着少年的石屋唱道：

阿哥蒙培吉武呵，

迎亲的人已经到了，

姑娘天亮就要走了。

你有该讲的讲呵，

你有该做的做呵！

少年的气还没有消，再说也不相信姑娘嫁得这样快，从窗户里伸出头来，隔着小河答道：

琼青尼玛妹妹呵，

你要去就去吧！

你想走就走吧！

阿哥祝你吉祥如意，

阿哥祝你幸运白头。

隔河飞来的歌，像利箭刺穿姑娘的心。她想：从小相识的伙伴，原来是这样可恨，不是他蒙培吉武为人太狠，是我琼青尼玛过去没长眼睛。好吧，岗桑雪山那边的日子，是甜是苦，我都去过；是刀、是火，我都去跳。回到家里，蒙着藏被一夜哭到天明。她哪里知道，蒙

培吉武像只犟牦牛，被爱情折磨得昏头昏脑，等他明白的时候，会多么悔恨呵！

第二天，蒙培吉武随着雪山上第一道曙光，登上草儿枯黄的山坡，看见琼青尼玛家门口，像过节一样欢腾，许许多多骑马走路的人，拥着打扮得像花儿一样美丽的琼青尼玛，热热闹闹向着岗桑雪山的方向走去。

"天呀！她真的走啦！"少年大叫一声，跌倒在山坡上。忽然又蹦起来，跳上一匹最快的马，选择一条最近最近的路，一口气跑进自家的院子，对阿妈喊道："阿妈呀阿妈，不好了！闯下大祸了！心爱的宝马丢失了，被远方的强盗抢走了！快把我的水獭袍子拿出来，快把我的彩云靴子拿出来；快把我的定亲戒指拿出来，快把我镶银的叉子枪拿出来，我要把心爱的马儿找回来。"他穿上结婚的衣袍，带上定情的信物，又对阿妈说："阿妈呀阿妈，快给我右边的马褡子，装上满满的酥油。找到宝马三天五天就回来，找不到宝马三年五年不回来！阿妈呀阿妈，你替可怜的儿子祈祷吧！"说完，跳上快马，箭一样追赶琼青尼玛去了！

迎亲的队伍走呀走到俄曲河边，琼青尼玛牵肠挂肚地往回看呀看呀，眼里看着的是阿爸阿妈的面容，心里想着的是牧马少年的身影。不久，果然看见他骑马跟在后面，队伍快他也快，队伍慢他也慢。姑娘又恨又气，用不大不小恰恰是蒙培能听到的声音，对送亲的叔叔唱道：

叔叔呵，
请从这里转回吧，
前面的路姑娘自己走，
是苦是甜请你别担心。

所有迎亲和送亲的人，都听不明白歌里的意思，只有蒙培吉武远远地听到了，在一旁流泪伤心。

迎亲的队伍走呀走到岗桑雪山下。琼青尼玛看见蒙培还是跟在后头，又用不大不小刚刚让他听得见的声音，对舅舅唱道：

舅舅呵，
请你从这里转回吧，
前面的路姑娘自己走，
是刀是火决不再回来。

所有迎亲和送亲的人，都不明白歌里的意思，只有蒙培吉武远远地听到了，在一旁流泪伤心。

迎亲的队伍走呀走到岗桑雪山顶上，牧马少年看见送亲的人都回去了，就骑马奔到姑娘身边，好像有一肚子话要说，有一肚子歌要唱，迎亲的把他当成送亲的人，谁也没有介意。琼青尼玛受了委曲，就用不大不小刚刚少年听到的声音唱道：

若想放牧新买来的马群，

也该停止你的脚步了；

若想追求新结识的姑娘，

也该掉转你的马头了。

蒙培没有办法，只好打马远远地离开。晚上，迎亲的人在路边搭起帐篷，打尖过夜。可怜的蒙培又骑马过来，在帐篷周围转悠，久久不肯离去，他用歌声恳求琼青尼玛出来，说上三句知心话。琼青尼玛答道：

一根针不能两头尖，

一个人不能两颗心；

无情无义的人呵，

相送千里有何用？

牧马少年蒙培打着马跑开了，牧羊姑娘琼青尼玛和商人结婚了。商人不多不少比姑娘大二十岁，他有一栋三层楼的房子，一层楼关骡马，二层楼当库房，三层楼是卧室。商人有满满的三间仓库，一间装粮食，一间盛酥油，一间放羊毛。商人在结婚的第三天，就到山南河谷买青稞去了。

丈夫出门了，一月两月不回来。

婆婆搬出一架织氆氇的机子，让她织些氆氇。琼青尼玛看见洁白的羊毛，怎不想起可爱的羊群；想起可爱的羊群，怎不思念自幼相知的蒙培吉武呢？于是，她一边织着氆氇，一边随口唱道：

羊毛呵，柔软的羊毛，

给蒙培织件"堆多"(藏式上装)有多好！

婆婆坐在机子旁，高兴得满脸是笑，因为商人也叫蒙培呢！

商人蒙培从山南回来，住了三天，又赶到藏北用青稞换羊毛去了

丈夫出门了，三月四月不回来。

姑娘天天织氆氇。织呀织呀，织得白氆氇有俄曲河一样长，她对少年牧人的思念，也像俄曲河一样长。她一边扔着梭子，一边随口唱道：

氆氇呵，结实的氆氇，

给蒙培添件藏袍有多好！

当她边织边想的时候，门外传来要饭人的呼叫声："行行好吧，我是个走投无路的流浪汉；行行好吧，我是个无依无靠的苦命人！"

多么熟悉的声音呵！琼青尼玛从窗户口一看，果然是日思夜想的牧马少年蒙培。她像一只春天的鸟儿，从楼里飞了出去。

婆婆在门外，给流浪汉施舍一小袋糌粑。他的黑发乱成了鸟巢，他的脸儿黑成了木炭，水獭皮的新袍子，穿成盖陶罐的破布，彩云般的藏靴，裂成癞蛤蟆的嘴巴。琼青尼玛对婆婆

哭道："婆婆呀。他是我本家的哥哥，让他上楼坐一坐吧！"

原来少年蒙培离开姑娘后，再没有回过家。他到过许多森林，射杀了许多野兽，得到不少钱财。但是，离开了相爱的人，钱又有什么用呢！他又进了拉萨的哲蚌寺，当了苦修的喇嘛，熟读了不少经典。但是，离开了相爱的人，上了天堂又有什么用呢？于是，他就一边流泪，一边要饭……忽然遇到琼青尼玛，过去藏在心里的那句热烘烘的话儿，总算蹦出来了；姑娘呢，过去嵌在胸中的那支甜丝丝的歌儿，总算飞出来了。这句话，这支歌，就是一个字：爱。

当启明星升起在雪山的时候，两个人影离开商人的家，奔向很远很远的地方了，去寻找他们的幸福。

他们能不能寻到真正的幸福呢，我讲故事的人就不知道了。

（拉孜县拉孜村卓拉演唱，日喀则城关镇尼玛彭多 1979 年 6 月记录 1980 年 1 月整理）

附记：该故事原名"青年蒙白吉武和姑娘琼青尼玛"，山南贡嘎县朗杰雪公社岗卓老阿妈给我们讲述的时候，是一种"萨松"（即两个丈夫共一个妻子或两个妻子共一个丈夫组成的家庭）的结局。牧马少年要饭来到琼青尼玛的婆家，琼青尼玛的公婆知道他们的关系，便让他留下来，商人蒙白出门经商，牧马少年蒙白在家放牧，日子过得十分美满。

措 珠 丹 琼

措珠丹琼，是一个天真活泼的姑娘。她美丽得像珞瑜的玉竹，纯洁得像透明的水晶。她住在碧绿碧绿的林卡里，每天编织着雪白雪白的氆氇。

一个魔鬼经过绿色的小林卡，听见屋子里老阿妈在喊："女儿措珠丹琼，快下楼吃饭。"他赶紧窜到摆着鲜花的窗口偷看，只见一个穿着金花藏袍的姑娘，一步一步从楼梯上走下来。

魔鬼起了邪念，化做一阵妖风从门缝里钻进来，顺手拾起一块石头变成金块，向措珠丹琼的阿妈求婚。阿妈说："我的女儿还小呢，不打算嫁人。"魔鬼说："你不答应，我就哭。"说罢，瞪起两只木碗大的眼睛，哇哇地哭起来，眼泪流呀流呀，流满了整个屋子。老阿妈没有办法，只好勉强答应了。魔鬼收了眼泪，说："这就对了！今天一天，明天两天，后天太阳升起的时候，我就来接亲。"

过了三天，魔鬼果然来了，老阿妈舍不得自己的女儿，连声恳求道："我只有这么一团骨肉，请你留下她吧！"魔鬼说："你不答应，我就笑。"说罢，张开铁锅大的嘴巴，哈哈大笑起来。笑声震撼房屋，椽子一根根脱落。老阿妈害怕，只得又一次答应，魔鬼停止发笑，说："这就对了，今天一天，明天两天，后天东方发白的时候，我再来接亲。"

又过了三天，魔鬼早早地来了。老阿妈流着眼泪哀告说："请你饶了我的女儿吧，我愿

献出全部财产作为抵押。”魔鬼说：“你不答应，我就跳舞！”说罢，伸开两条长腿，满屋胡蹦乱跳，墙壁裂了缝，火炉、茶罐四处飞。老阿妈更加害怕了，只好把女儿嫁给他。

措珠丹琼要出嫁了，措珠丹琼要离开家乡了，措珠丹琼是个纯洁、善良的姑娘，她离开的时候，男伴女伴都来相送，乡亲父老都来告别。

来到牛皮船渡口，魔鬼对乡亲父老说：“你们快回去吧！措珠丹琼嫁给我，一百个放心好啦！”老人们没有办法，给姑娘留下了几块“麻松”（奶渣、酥油、红糖制作的食品），难分难舍地走了。

走到大雪山下，魔鬼对少男少女说：“你们快回去吧，措珠丹琼嫁给我，一千个放心好啦！”伙伴们没有办法，给姑娘留下许多炒青稞，眼泪巴沙地走了。

小姑娘措珠丹琼跟着魔鬼，翻越从未有人到过的大雪山，一边走一边伤心地唱：

从小相识的人，

个个返回家乡；

可怜的措珠丹琼，

越走心里越悲伤。

他们走进一座很大很大的房子，门口蹲着两头牦牛大的狗，正在抢吃骨头。姑娘给每只狗喂了一块“麻松”。

楼梯下，坐着一个烂眼睛的老太婆，腰上挂着很多钥匙，正在编织毯子，姑娘给她一把炒青稞。

从此，措珠丹琼成了魔鬼的妻子。魔鬼每天早早地出门，晚晚地回来。措珠丹琼成天在屋子里东走走、西看看，有时帮老太婆织织毯子，给她唱一些动听的歌。

日子一天一天过去了，措珠丹琼在这里呆了二十九天了。这一天，老太婆正在打瞌睡，姑娘偷偷地取下她腰间的钥匙，打开一张又一张紧锁的铁门。她吓坏了，赶紧用双手蒙住自己的眼睛，因为这些屋子里，装的全是人血、人肉和人的骨头。

措珠丹琼打开最后一间房子，里边横七竖八躺着许多不同年龄的女人，她们的脸像枯树叶，身子像干裂的木头。如果不是眼睛还能转动，姑娘还以为是一屋子死尸呢！措珠丹琼壮起胆子问道：“老妈妈、大姐姐，你们躺在这里干什么呀？”好久好久，才有一个女人有气无力地回答：“姑娘，我们都是魔鬼的妻子。和他同居一个月，就送进这间铁屋子关起来，每天从我们身上抽走一碗血，来滋补他的身子。”姑娘听了，焦急地说道：“现在魔鬼不在家，让我们一起逃走吧！”女人们说：“好心的姑娘呀，我们是被他吸过血的人，就是逃到世界的那边也会被他抓到。你快裹上一张老太婆的人皮，悄悄离开这可怕的魔窟吧！”

姑娘听从了女人们的劝告，匆忙裹上一张满脸皱纹，满头白发的老太婆人皮，罩上一件破烂不堪的衣衫，一溜烟逃出魔鬼的屋子。烂眼睛老太婆没有阻拦她，因为姑娘给她唱过很多歌；牦牛大的狗没有咬她，因为姑娘给它们喂过“麻松”。

她来到高高的雪山上，正巧碰着魔鬼回来，姑娘赶紧弯下腰，双手紧紧护住左角，魔

你在阎王星顿曲结面前，和这个半截身子上了天葬场的老太婆结婚去！”

在王后和许多大臣的劝阻之下，国王才收起宝刀。王子也请求父王息怒，并且提议把背水的老太婆叫到殿堂上来。

措珠丹琼走来了，走到灯火辉煌的宫廷之上来了。国王、王后，大臣和侍从们，亲眼看见从一张丑陋的老太婆人皮下，蛹蜕出来一个美丽、鲜艳、晶莹、可爱的妙龄女郎。所有的人都睁大眼睛，以为是女神央金拉姆来到人世。臣仆们不由自主地屏住呼吸，朝着姑娘深深地鞠躬致意。措珠丹琼羞怯地走过人群，依偎在王后的身边，轻声地诉说自己不幸的命运。

于是，国王批准了他们的婚姻，并在王都举行了盛大的典礼。措珠丹琼的遭遇像风一样传遍城乡，百姓们也为此欢庆了七个白天和夜晚。

婚礼之后，他们的感情更加亲密，就像金鱼眷恋蓝色的海子，蝴蝶环绕美丽的鲜花。不久，边境上传来警报，敌国正调兵遣将准备入侵。王子奉国王之命，领兵去防守边境。已经怀孕的措珠丹琼，捧着阿细哈达，带着青稞美酒，将王子送了一程又一程。临别之时，王子在马上千叮万嘱，生下孩子无论是男是女，都要派信使到边境报喜。

离别三个月之后，措珠丹琼果然生下一儿一女，脸儿像十五的明月，身子像洁白的海螺。国王高兴，王后更高兴，派出一位信使，骑上快马到王子那儿报喜。

信使经过一座黑石头的峡谷，正遇上四处寻找措珠丹琼的魔鬼。魔鬼说：“大哥，你跑得这样快，有什么急事呀？”信使乐滋滋地说：“哈哈！天大的喜事，你还不知道吗？我们的王妃措珠丹琼，昨天生下一个小公主、一个小王子！我要赶到边防报喜，怎能不着急？”魔鬼听到这些话，连忙装着向信使道喜，同时请他在路边坐坐，给他倒酒敬肉，信使很快就醉成一块烂木头，倒在地上呼呼入睡了。魔鬼从他的皮口袋里掏出国王的信，信上这样写着：“你妻措珠丹琼，昨夜生下一双可爱的儿女，脸像盛开的鲜花，身如晶莹的美玉，特派信使向你道喜！”魔鬼仿照国王的字迹，重新写了一封信，塞在信使的皮口袋里，化作一阵狂风消失了。

信使酒醒之后，慌慌张张赶到边境，向王子献上国王的书信。王子一看，大吃一惊，因为信中是这样写的：“你妻措珠丹琼，昨日生下一对妖孽，脸似毛驴，身似毒蛇，是把他们烧死呢，还是把他们杀掉？”他把信翻过来看三遍，倒过去看九遍，越看心中越加疑惑，匆匆写上一封回信，命令信使连夜赶回王都。

魔鬼又在黑石峡谷，摆下好酒好肉，等待信使的到来。俗话说：“贪酒是自己的敌人。”他俩在路边又吃又喝，信使很快就醉成牛粪一般。魔鬼拿出王子的信一看，其中有这样一段：“我决不相信父王所写是人间的现实，即使如此，也请倍加爱护母子，等我回来后再作商量。”魔鬼又把信重写一遍，化作一股黑风走了。

信使回到宫廷，把复信交给国王，国王打开一看，几乎不相信自己的眼睛。信上说道：

"我早就料定这个从魔窟来的妖女，不可能给王室带来吉祥。请父王快快将他们母子三人烧死，否则对我镇守边境极为不利。"王子的来信使国王和王后十分为难，烧死他们吧，姑娘没有头发大的一点错处；留下他们吧，边境失利危及到王国的生存。老夫妇没有办法，只得流着眼泪，命令武士将措珠丹琼母子三人赶出王宫。

措珠丹琼身背着小公主，怀抱着小王子，一边赶路，一边哭。她的脚被冰碴割破了，走一步，一滴血。她的衣服被荆棘挂破了，在风雪中冻得发抖。她的干粮全部吃完了，婴儿瘦成几根骨头。走呀，走呀，她要走到边境上去，向丈夫诉说心中的委屈。

措珠丹琼走过荒原，看见一座小房子，里边飘出牛肉和羊肉的芳香。她走近窗前，伸出干瘦的手，想讨一点吃喝。忽然，窗户里伸出一颗魔鬼的头，张开铁锅似的嘴巴大笑："哈哈！措珠丹琼，你跑不了啦！你跑不了啦！"

姑娘看到魔鬼，吓得拼命奔跑，魔鬼发出可怕的怪啸，紧紧在后边追赶。她跑过坝子，魔鬼伸出长长的爪子，把小公主抓去吞吃了。她翻过高山，魔鬼伸出长长的爪子，把怀里的小子子抢去摔死了。

措珠丹琼再也没法逃跑，三步两步走到悬崖，准备跳下去。忽然，山那边过来一彪人马，原来是王子得胜归来了。他赶忙救起姑娘，挡住魔鬼，两个人在高山顶上展开一场激烈的战斗。最后，王子从头发里取出一粒白青稞，朝高高的天空一扔，白青稞变成一座雪峰，压住了凶恶的魔鬼。

王子和措珠丹琼一起回到王宫，过着幸福、安宁的生活。

（日喀则城关镇玉珍演唱）

附记：这个故事和《尸语的故事》中"索卡德勒玛"十分近似。

三个国王的儿女

很早很早以前，有个卡达宗王国，国王和王后生下一个王子，名叫曲嘎微。王国繁荣昌盛，国力富强，属于他的城镇和百姓，就像天上的星星一样多。

有一天，国王的马夫多吉扎堆牵着平措江布马、桑珠萨巴马、雍珠扎那白腿马到河边饮水。忽见河水中缓缓飘来一只长长的木箱子，他急忙用绳子套住，拉上岸来一看，箱子上锁着一把黄灿灿的锁。那木箱的分量不轻不重，多吉扎堆刚好抱得动。他想："里面是什么东西呢？昨天我正好做了牛粪和水的梦，今天就得到这个箱子，说不定有好运气。（梦见牛粪和水，喻交好运）"他看看四下无人，背起箱子，一路躲躲闪闪回到了家中。

马夫喂完了马料，把门窗严严实实地关好，然后打开箱子。没想到箱子里面躺着一个十七八岁、美丽绝顶的姑娘。马夫吓了一跳。仔细一瞧，姑娘还未断气，他赶忙用酥油在姑娘头顶、太阳穴和后颈上使劲擦抹，过了一阵子，姑娘苏醒了。她睁开眼，像一朵盛开的鲜

花，比先前更加美丽。马夫轻声问："是谁把你装进箱子里？"姑娘的眼泪顿时像断线的珍珠，"叭嗒叭嗒"往下掉，神情中流露出对马夫的感激。可是过了好半天，姑娘不说一句话。马夫想："这姑娘准是个哑巴。我没有孩子，今天从水中救起她，大概是因果关系。她虽然不会说话，但是看起来很懂事。"想到这儿，马夫心里很是高兴。他给姑娘取了个名字，叫做水神卓玛。

从此以后，马夫把卓玛当作亲生女儿，卓玛把马夫当作亲生父亲；屋里屋外的活，她全部承担下来了，马夫因此更加疼爱她。可是，只要一有人来，姑娘马上躲起来，并用哑语示意父亲："不要对人说起我。"

有一天，马夫牵着马到河边饮水，远处走来三个年轻男子，边走边说着什么。马夫竖起耳朵细听，年龄稍大的男子说："真奇怪，除了这条河，这地方再没有其他的河水了。"另一个人说："箱子会不会沉到水里去了？"第三个人说："木箱只会飘在水上，不会沉到水里。"马夫感到奇怪，开口问了一句："你们说什么？"三人看看马夫，说："你管得着吗？"马夫很生气，"管不着就管不着。"随后自言自语嘟囔了一句："长箱子、黄锁子。"三人一听，立刻收住脚步，走到马夫跟前问："您刚才说什么？"马夫摇摇头："我什么也没说。"三人一边拿出麻松、卓强（麻松是糌粑里掺红糖、酥油、酒做成的点心，卓强是装在羊肚里的酒）递给马夫，一边恳求道："请您再讲一遍刚才说的话。"马夫反问："你们在找什么？"三人说："找一只木箱子。"马夫又问："是不是长箱子、黄锁子，里面有个姑娘？"三人失声叫道："就是！就是！她在哪里？"马夫说："你们先告诉我，为什么要把姑娘装进箱子，扔到河里？是谁扔的？为什么要找她？如果原原本本告诉我，我就告诉你们箱子的下落。"

年龄稍大的男子说："说实话，这姑娘是我们堆巴王国最穷的一个奴隶的女儿，名叫宗吉。王子罗布顿珠喜欢上了她，想方设法和她接近，可姑娘总是回避。有一天，国王和王后商量，准备为王子娶一位公主，至少也要娶一位贵族家的小姐。可是王子坚持要娶宗吉姑娘，狠心的国王和王后为了让王子死心，下令把宗吉姑娘装进木箱，扔进滚滚的河水里。我们三人并不是姑娘的亲戚，但我们十分可怜她，想要救她。"

不久，马夫多吉扎堆有一个漂亮的女儿的消息传开了，众人非常惊讶。国王把马夫召到宫殿，问："听说你有了个女儿？"马夫说："是南方一个弟弟的孩子。我希望临死的时候，有个人为我倒一口水（藏俗。人临死前要在嘴上倒一口水），所以就把她接来了。"国王又问："为什么不把她带来，让我看一看？"马夫说："禀告国王，她是个哑巴，我不敢让国王见她。"国王下令说："把她带到这儿来。"马夫回答："遵命！"

第二天，马夫让卓玛梳洗干净，来到国王面前。卓玛像十五的月亮一样美丽动人。国王惊呆了，问："她真是哑巴吗？"马夫说："在国王面前，我怎敢撒谎呢？"国王点点头，说："俗话说的对，鸡窝里飞出金凤凰。确实！确实！"说完传人把他们带下去。

马夫和哑巴姑娘走到宫殿门口，正好遇到曲嘎微王子外出归来。姑娘一见王子，悄悄

退到一边。王子问："百姓，你叫什么名字？"卓玛用白嫩纤细的手指指嘴巴，摇摇头，表示自己不会说话，马夫说："她是哑巴。"王子呆立了一阵子，忽然跑进宫殿。

几天后，王子的佣人拿着一个包裹，来到马夫家，说："这是王子送给哑巴姑娘的。"马夫把包裹拿到里屋，打开一看，里面有很多钱和一只金戒指，还有一封密信。信上说："水神卓玛姑娘，我愿和你私订终身。"马夫看完信，心里高兴得不得了，赶忙把这件事告诉了水神卓玛。可水神卓玛不但不高兴，反而更加痛苦。马夫说："王子很喜欢你，又送你这么多东西，这是好事情。"姑娘说："我的第二个敌人，又要送我第二次性命了。"马夫问："你的敌人是谁？"姑娘说："就是我的美丽的脸。"马夫一时说不出话来。

不久，卡达宗国的内外大臣商议为王子娶亲，请国王派人到各个邻国，寻找能与王子相配的王国公主或贵族小姐。可是，曲嘎微王子坚持要娶马夫的哑巴女儿。国王和王后非常气愤，"卡达宗王国有权有势，王子娶亲，必须是皇亲公主。你要娶一个像动物一样下贱的哑巴，败坏我们的名声，难道你疯了吗？"他们把王子狠狠地骂了一顿。为了让王子死心，国王下令把哑巴姑娘装进长箱子，锁上黄锁子，扔进了河里。

曲嘎微王子知道这一切，拿起弓箭，像疯子一样冲出了宫殿。

木箱在水中飘流了一天一夜。卓玛姑娘在箱子里拼命叫喊："救命！救命！"可是无人理会。第三天，急流把木箱冲到一个山谷。山谷周围长满青葱的树林，河水金光闪闪。河边有一个猎人，正在收拾猎物。看到这个箱子，猎人急忙捞上河岸，砸开黄锁一看，里面躺着一个可怜的姑娘。他吓得昏了过去。过了一阵子，天上下起毛毛细雨，猎人慢慢醒来了。他仔细一瞧，姑娘还有几口气，赶忙在姑娘头顶、太阳穴上抹酥油，不一会儿姑娘也醒来了。原来，猎人正是堆巴王国的王子罗布顿珠。王子和姑娘都认出了对方，正要开口说话，忽然远处来了一个青年男子。姑娘赶忙躲起来，罗布顿珠王子若无其事地坐在火堆前烤肉。青年走近王子，看到木箱，惊讶地问："喂，猎人，箱子里的东西哪里去了？"罗布顿珠王子说："箱子里有一具年轻姑娘的尸体，我把她扔到河里去了。"青年一听，泪流满面，转身要走。罗布顿珠王子看他那副模样，问："你为什么这样伤心？"青年说："那姑娘是为我死去的。"罗布顿珠王子很是奇怪。原来，这个青年是卡达宗国的王子曲嘎微。水神卓玛听到他们的谈话，认出了曲嘎微王子，便从隐蔽的地方走了出来，说："王子，您好！"曲嘎微王子说："我弄错了，我找的姑娘和你长得一模一样，但她是个哑巴。"罗布顿珠王子看着眼前的情景，感到莫名其妙。这时，水神卓玛把自己的遭遇从头到尾讲了一遍，两位王子听完非常激动。曲嘎微王子说："原来是这样。请罗布顿珠王子把姑娘带走吧！"罗布顿珠王子说："不，请你把姑娘带到安乐的地方去。"水神卓玛赶忙说："请两位公子各自回国，我准备做佣人去。"三个人争论不休，天色渐渐黑了。两位王子便让姑娘睡在一棵大树下，他们两人睡在一起。

第二天一早，两位王子商量后，问卓玛姑娘愿意跟谁走？姑娘说："一匹马不能戴两个

马鞍。我跟一个人走，就要伤害另一个人的心。我不能这样做，请你们各自回国吧！”两位王子没有办法，只好决定等卓玛当上了佣人，就各奔东西，但决不回自己的王国。

他们走呀走呀，来到一个绿茵茵的草坝。草坝上有一个神奇的水池，周围用柔软的白纱围起。许多妇女在水池中穿梭不息，忙个不停。看见有人，一个妇女大声喊：“别过来，公主正在洗澡。”曲嘎微王子大声说：“我们是远方来的旅客，请问这是什么地方？”妇女回答：“难道你没有听说过吗？我们是南方微东国，公主叫仓决拉姆。”曲嘎微王子问：“公主能见见我们吗？”那妇女把曲嘎微王子骂了一顿，说：“公主不能随便见人。”王子并不生气，“公主不见我们，我们就不走了。”那些妇女不知怎样办才好。正在洗澡的公主说：“不要骂远方来的旅客，我可以见见他们。”说完穿衣戴饰，召见远方的旅客。

三人一见公主，叩头敬礼。公主说：“两位青年不像一般人，有什么话尽管说吧！”看到两位青年非常英俊，公主十分高兴，心里想：“我从来没有和自己喜欢的男子说过话。”这时，罗布顿珠王子说：“我们是弟兄妹三人，靠打猎生活。我们抚养不了妹妹，如果您看得上她，就把她留在身边当个佣人，不知行不行？”公主说：“一个姑娘我不留，如果你们二人也愿意为我当佣人，那么可以留下来。”三人商量后，决定暂时留在这儿。罗布顿珠王子和曲嘎微王子当上了马夫，水神卓玛当上了伙房的佣人。

一天，公主的一个女仆人，来到曲嘎微王子跟前，拿出一个布包，说：“这是公主仓决拉姆送给你的。”王子打开布包一看，里面有很多钱和一只金戒指，还有一封密信。信上说：“青年曲嘎微，我愿意和你私订终身。”看完信，曲嘎微王子猛然一震，仓决拉姆对自己的情意，竟和自己原来对水神卓玛的情意一模一样。看来最没有自由的人，是宫殿里的王子和公主。曲嘎微王子把这件事告诉了罗布顿珠和水神卓玛，他们两人都笑了。

从此，两对青年男女成了一家人。两位王子把打来的珍禽卖掉，买回很多牛羊。几年以后，牛肥羊壮，日子一天比一天富裕。王子们继续打猎，不自由的宫廷生活从此结束了。

（拉萨市城关区巴日库办事处娘热乡丹增 1984 年演唱）

尼　曲　桑　布

米　　玛改　编
索朗旺堆汉　译
拉巴次仁
米　　玛表　演

［幕启：尼曲桑布上场

尼曲桑布白：　我叫尼曲桑布，是古代西藏山南乃东王的大臣。我们的国王有桦树般的魁梧，枯尸般的威严，毛驴般的愚蠢，嘴比蜂蜜还甜，心却比木炭还黑。国王为了在新年显显威风，加重了各种税收，众民百姓忍气吞声，不得安宁。我尼曲桑布为了替穷苦百姓出口怨气，趁藏历新年今天，想用尽一切

办法，把这个项圈（贵族、寺庙和牧区看守家门恶狗戴的）套在国王的脖子上，让他学狗叫，使他一年到头都不吉利。

乃 东 王：尼曲桑布，今晨你来的很早啊。

尼曲桑布：我来的时候，公鸡还没有穿裤子。

乃 东 王：哦，来这么早干啥？

尼曲桑布：国王陛下，今天，我是头一个来给您拜年的。（从怀里掏出一条哈达献上）恭喜恭喜，吉祥如意。祝国王贵体安康！明年这时，我再来继续为您效劳。

乃 东 王：大臣如此效忠于我，现在我把这哈达回送给你，也表我对你的祝贺。

尼曲桑布：谢谢。今年初一比往年吉利，看来真有福份儿。

乃 东 王：哎呀！有这么好的吉祥征兆？

尼曲桑布：是的，今天清早，王宫门口来了一大群祝福贺喜说折嘎的人。

乃 东 王：有这么多吗？

尼曲桑布：有，他家的爷爷、奶奶、爸爸、妈妈、哥哥、弟弟、姐姐、妹妹都来啦！

乃 东 王：他们戴面具没有？

尼曲桑布：没有看到面具，只见每个人都带着讨饭的木碗和打狗棍儿。

乃 东 王：这叫什么折嘎？真是凶多吉少。大年初一来拜年的，全是叫花子！

尼曲桑布：不是，不是。还有很多是从山沟里来的牧民。

乃 东 王：噢，从那么远来的呀！

尼曲桑布：他们都穿着节日的盛装，那些女牧民，头上戴着这么大的红珊瑚；那些男牧民，腰间都插着这么长的腰刀。

乃 东 王：他们真穿这么好吗？

尼曲桑布：是的，不但人穿戴好，而且他们的狗也披上了华丽的服装。

乃 东 王：什么？给狗披上了什么华丽的服装？

尼曲桑布：有一只狗，颈上套着这么大个项圈。（将项圈从怀里掏出来让乃东王看）

乃 东 王：这么说，这狗肯定很大！

尼曲桑布：比毛驴还大！

乃 东 王：很威风？

尼曲桑布：它的神志，比雄狮还威风；它的叫声，比猛虎怒吼还洪亮。

乃 东 王：你听到这只大狗的叫声了吗？

尼曲桑布：听到了，听到了。这只狗的颈上套着这个项圈，身上拖着根铁链，“嗷！嗷！嗷！”（小狗的叫声）地叫。

乃 东 王：哎呀！你真蠢，这不是洪亮的声音，是叫花子狗的叫声。

尼曲桑布：那什么狗的叫声才是洪亮的？

乃 东 王:你不知道吗？我们王宫守门狗的叫声才是洪亮的。

尼曲桑布:我们王宫守门狗的叫声,谁也难学会呀!

乃 东 王:开玩笑！智者不会学狗叫,那算什么本事!

尼曲桑布:我学过好几次,根本学不像。

乃 东 王:你们这些没有福德与权势的畜生,能学得会吗?

尼曲桑布:对,对。那么,天才的国王陛下,您学会了吗?

乃 东 王:学狗叫有什么稀罕的。你想听吗?我们王宫大门不是有一只守门狗的叫声最大吗?

尼曲桑布:噢,是那只名叫“脚呜”(大胡子)的守门狗,对吗?

乃 东 王:对,那只狗威风不威风?(模仿狗)

尼曲桑布:这算什么威风！唉！国王陛下,你脖子戴上这个项圈,腰间系上这条哈达,那肯定很威风。

乃 东 王:对,你说得有点儿道理(戴上项圈学狗叫):“噢呜！噢呜！噢呜!”

尼曲桑布:太好听啦！太好听啦!! 这么洪亮的狗叫声,我有生以来是头一次听到哩!

乃 东 王:那只狗见到讨饭人,便挣断铁链,扑去咬人(向尼曲桑布扑去)“噢呜!噢呜!噢呜!”

尼曲桑布:好啊!像极啦!! 世间确实很难找到这样凶恶的狗。国王这么一模仿,声音比雷声还响亮啊!

乃 东 王:如若把狗送去展览,观众们是否会笑得眼珠都掉出来?

尼曲桑布:不用说会笑掉眼珠,也能笑塌鼻子!

乃 东 王:哈哈哈……

尼曲桑布:今天,国王的声音这么动听,是一个非常吉祥的日子!

乃 东 王:什么？吉祥的日子？(醒悟地)唉呀！真糟糕,大年初一我学了狗叫。完啦！完啦！这一年太不吉利了,倒霉透了!

尼曲桑布:不,不。这不是凶兆,这是靠国王的天才和权势而得来的福份儿。因此,是喜上加喜。

乃 东 王:不管是吉兆还是凶兆,全完啦！但你可不许向别人说我大年初一学狗叫!

尼曲桑布:是,是。我说国王没有像狗一样叫。

乃 东 王:说不说都没关系。如果说了,你我一块到狗窝里去。

尼曲桑布:好,好。(突然地)哎呀！国王陛下,贵宾们都向您拜年祝贺来啦!

乃 东 王:快！咱俩快去!

[两人下,幕落。

古尔鲁曲本资料选

日琼巴二赴前藏

篇首礼赞

前藏洛若[1] 花满园，
姹紫嫣红百瓣莲。
郁郁馥香飘四野，
闻名遐迩日琼巴。
顶礼莲座摄加持，
其师尊圣称米拉。
圆满功德悟草地，
任运胜乐将抵临。
妙欲隐匿泥淖间，
再度云游赴前藏。
这部传记作陈述，
引导心意归佛法。

先将所叙的始因题记于此，由于违背了证道根本上师之誓言，空行母按律冥罚逆缘[2]，复又依止上师，便是二赴前藏之演唱体传记。

向师宝顶礼献颁鬘！
在黑暗北方的深处，
好像山顶上出太阳。
耳闻其名便觉吉利，
向这位圣贤把礼顶，

---

① 洛若：古地名，与涅地区近，约当今隆子县东南和今属错那县境内西北一带，日琼巴曾在此建寺。
② 冥罚逆缘：冥罚，又译天谴。指违背誓约所遭本尊天神的谴责。逆缘，即不幸、祸害、灾难。

向诸位师长来敬礼，

向教典怙主表敬意。

北面山谷的哈仁寺，

向智师纳洛作祈祷。

东方的塔拉岗普寺①，

向塔波拉杰作祈祷。

南方那座卓窝隆寺②，

向玛巴译师作祈祷。

西方那座拉齐雪岭③，

向圣者米拉作祈祷。

一、涅朗卓浦得梦幻 求师恩准赴前藏

日琼多吉扎巴④的经历，就其在前藏的生平事迹而论，有初赴前藏、二赴前藏、三赴前藏先后共计三次⑤。本传记叙述的是关于他二赴前藏的详细经历。

在涅朗卓浦地方，日琼巴与米拉日巴师徒二人在入修光音天⑥、《大手印》。一天晚上，日琼巴从梦幻中知道在前藏有所教化的众生。翌日清晨，旭日东升，他来到上师座前，将欲赴前藏的缘起，向上师作了如下的陈述：

向着诸师行顶礼，

怙主尊前表敬意。

启请至尊大恩师，

我赴前藏盼恩准。

讲经说法游拉萨，

拜谒释迦佛两尊⑦。

---

① 塔拉岗普寺：塔波噶举派创始人塔波拉杰（1079—1153）于1121年在塔布地区所建之寺庙，为此派首寺。

② 卓窝隆寺：今西藏洛扎县一古地名，噶举派开派祖师玛尔巴，本名玛尔巴译师曲格洛卓（玛尔巴为族姓，1012—1097）的出生地。

③ 拉齐雪岭：西藏定日与镇日之间一大雪山名。米拉日巴曾在此长期静修。

④ 日琼多吉扎：族姓涅，本名涅·多吉扎，出生贡塘昌热村，米拉日巴弟子，生宋神宗元丰六年，卒辛巳年（1083—1161），又有称作涅琼日巴的，简称日琼巴。

⑤ 关于日琼巴三次抵前藏：在涅朗卓浦地方时，上师米拉日巴说："你的所化在前藏，上那去有日琼玛"。按此授记，来到前藏，是初赴前藏；在洛扎的噶尔曲地方，埋藏秘诀，复次返至香波雪山居地，受雅隆赞布之请，是二赴前藏；米拉云游归天，日琼巴以神变法力，即刻前往，处理完焚化尊体，遵师授记三赴前藏，住雅隆地区的浦塘，传经布道，培养涅堆·曲卓、涅麦·吉仁扎等弟子，为第三次。详见译本《日琼巴师徒简传》。

⑥ 光音天：二禅天之上僧。禅修生于此中诸天，所发光明，照耀其它天处，故名光音，亦称极光净。

⑦ 佛两尊：译作觉释双尊或释迦双尊，指安放在小昭寺释迦牟尼八岁时身量像及大昭寺十二岁时身量像两尊。

看看叶如之昌珠[1]，

朝拜玛俄[2] 驻锡地。

前往吉祥桑耶寺[3]，

览古涅地和洛若。

去做等味化斋[4] 人，

恳求大师您恩准。

至尊米拉日巴说："徒儿，别去前藏吧！"于是，唱了这样一道短歌：

雪山顶上的白狮子你，

扼守山头切莫去平地。

倘若执意下到谷地间，

狮子美誉必定遭贬损。

雄师踞山显显威，

今日听听师长语。

山谷顶上的大松鸡你，

扼守山岩切莫去平地。

假使执意飞落村庄间，

纵有双翅你也难振飞。

守住岩顶显显威，

今日听听师长语。

密林深处猛虎你，

别蹓山边踞山林。

扼守丛林显显威，

今日听听师长语。

池塘里的金眼鱼，

别游池边潜深水。

---

① 昌珠：山南乃东县境内的昌珠寺。

② 玛俄：即藏传佛教噶举派初祖译师玛尔巴·曲吉洛卓(1012—1097)及他的四柱大弟子之一的俄·曲古多吉(1036—1102)。

③ 桑耶寺：地处山南扎囊境江北。仿印度飞行寺的形式，糅合藏、汉建筑风格而建。一般认为是公元767年奠基，799年落成后，赤松德赞命在此剃度第一批藏人出家为僧，号称"七觉士"，为西藏第一座佛法僧三宝齐全的佛教寺院。

④ 等味：噶举派修法之一，使功能自性平等。化斋，即乞讨。

倘若浅滩去转悠，

端端金鱼遭厄运。

鱼儿入池显显威，

今日听听师长语。

贡塘[①] 日琼多扎你，

别去周游居禅林[②]。

假使执意去云游，

修行领证受挫损。

日琼巴心中思忖后，在上师尊前说："我长期呆在师长座前，不能承侍孝养大师，深感愧疚，现去周游四方，想去证悟法谛。"

接着，上师米拉日巴道：

修习闻思修三慧[③]，

日琼多吉扎巴你，

弟子仔细听我语。

胜信佛法你无心，

别做贪心化缘[④] 人；

客观事理不晓喻，

见[⑤] 的边沿莫徘徊；

秘诀抚育不领悟，

莫作文字黑交易；

法义解说不通晓，

不可寡闻将人欺；

弘扬福德不懂得，

受人馈赠理难忍；

师长还未去外地，

莫做施主供施处[⑥]；

---

① 贡塘：地名、阿里地区一古地名，日琼巴出生地。即今吉隆县西南的贡塘，古属阿里。

② 禅林：佛徒隐居山中的修行居地，又作修禅洞、禅地、修行岩洞。

③ 闻思修三慧：依见闻经教而生之智慧称作闻慧；以思维道理而生之智慧称作思慧；依修禅定而生之智慧称作修慧。佛家认为，闻思二慧为散智，为发修慧的缘起，修慧为定智而有断惑证理之用。

④ 化缘：即乞食，指僧尼沿门托钵，向人乞求布施。佛教称布施者与佛有缘，故名。

⑤ 见：宗教上指对事物的见解。分类较多，如正见、邪见、恶见等。泛用时多指错误的见解。

⑥ 施主供施处：施主直译功德主，又译作檀越，发放布施、施舍衣食财物的主人；供施处，旧译福田，接受布施的对象。

能言善辩不到家，

岂可超前越师位，

徒儿呆此莫前行！

虽受师长如此严厉斥责，但因日琼巴再三恳请，终了，师长心想，你既然这般不听劝阻，一意孤行，我发誓让我的施主们暂时不让你去前藏，可将誓言在梦幻中作个吩咐。便说："现在你准备去吧！"

日琼巴十分高兴，师徒两人之相处，更为密切，四十天之内未曾离枕，同米拉日巴呆在一起。安放彩粉坛场[①]，做盛大会供养。

二、话别叮嘱师送行
波洛码头受考验

喇嘛[②]说："眼下赴前藏为时尚早，时机未到，你不要去。倘若执意前往，就去在我的禅室里先叩上一百次头，转一百圈，供幔扎[③]一百、朶玛[④]一百、水施[⑤]一百、神塔小像[⑥]一百，忏悔一百次吧！"

日琼巴听后，甚觉喜悦。他身上未着其它装束，内穿一件佛布衣，身背三角状僧人褡裢，下面挂着语旨的草药诃子，《耳传》[⑦]册子拴在酒罈底，紫檀木《金刚橛》[⑧]别在脖子上，头带一顶印度式莲花帽[⑨]，来到至尊座前，启请加持[⑩]。

至尊米拉日巴心想，与日琼巴结交已久，不知来日于何时相遇，便走来作短程送行。至尊开言说："你是作怎么样个去法呢？"

日琼巴将自己的想法，唱了这样八首吉祥的古尔鲁：

"我以佛法之见作比喻，

漫游在现空[⑪]侧边中去，

击败常边断边[⑫]之后去，

永恒的路上乞讨而去，

---

① 彩粉坛场：用染色细砂撒布的修供坛城。坛城，梵音译曼荼罗，又译轮元，以筑土为坛，或采用图案形式，安置密宗主要本尊及其眷属于坛上，供祭祀观修而用。

② 喇嘛：即日琼巴的上师米拉日巴。

③ 幔扎：梵音译幔荼罗，佛教所用供品之一。

④ 朶玛：食子。用糌粑捏成用以供神施鬼的食品。

⑤ 水施：给鬼类施水的宗教活动之一。

⑥ 神塔小像：用模型印造的小泥塔或泥佛像，用以禳灾祈福。

⑦ 《耳传》：历代上师辗转附耳亲传的语旨秘诀。

⑧ 金刚橛：指藏传佛教徒在宗教仪式中使用的降魔木橛。

⑨ 莲花帽：即古东印度萨霍尔国王赠给莲花生大师的一种帽。

⑩ 加持：原为站立、住处等义。一般指以佛力佑护众生，神力，福力。密教解释为大日如来与众生互相照应，大日如来以大慈大悲佑助众生，为"加"；众生能够接受大日如来的佑助为"持"，合称加持。

⑪ 现空：又译相空，即现分和空分谓方便和智慧。

⑫ 常边断边：略语亦可译作常断，佛家指执著实有的常见与执著绝无的断见。

纵有它见我也不后悔。

我以佛法正修[①] 作比喻，
漫游在安乐的侧边去，
彻底击损沉掉[②] 之后去，
沿光明之路乞讨着去，
纵有它修我也不后悔。

我以佛法所作[③] 做比喻，
漫游在禁戒[④] 的侧旁去，
摈弃那犹豫疑虑而去，
沿光明之路乞讨着去，
纵有其它所作也不悔。

我以佛法誓言作比喻，
漫游在笃实的侧边去，
击败欺瞒奸诈之后去，
用我的赤心为证而去，
纵有其它誓约也不悔。

我以誓言报应作比喻，
周游在任运[⑤] 的侧边去，
彻底断除恶业之后去，
沿四身[⑥] 之路乞讨而去，
纵有其它报果也不悔。

我以尊者玛巴[⑦] 略作比，
周游在耳传侧边而去，

---

① 正修：原意为幻想。现泛指沉思、系统的默念。
② 沉掉：是佛书上说的昏沉与掉举之略语，即神志昏聩、心力涣散。
③ 所作：此处指举止、行为。
④ 禁戒：又译勤息，即清净律仪、举止常法。
⑤ 任运：自然完成，顿时成就，不可思议地成长。
⑥ 四身：佛家指的是自性身、智慧法身、受用报身、变化身。
⑦ 玛巴：即玛尔巴。

击败世俗言说① 之后去，

沿秘诀之路乞讨而去，

纵有其它修法不后悔。

我以上师米拉② 略作比，

漫游苦行的侧旁而去，

击败懈怠懒惰之后去，

沿精进之路乞讨而去，

纵无道貌③ 我也不后悔。

我日琼巴自我略作比，

漫游机缘的侧旁而去，

击败误解邪念④ 之后去，

沿敬信之路乞讨而去，

纵无悉地我也不后悔⑤。

至尊听完有关如何前往的优美献词，开言道："在修行大师座前，本无路可走。眼下，你执意不听劝阴非要去前藏，我只好应允，但你会经常得到我对你的教谕的。"

日琼巴热泪盈眶，当即陈述："我常常有着智慧圆满的相蕴⑥，从前寄托希望之处只有大师你，在未获得智慧圆满之前，其托依处仍旧是你，日后唯一投靠的托庇之处就是你了。"接着便向大师拱手顶礼，唱道：

喇嘛恩准有慈悲心，

作我日琼巴护送人。

我本想去走正见路，

常边和断边多盗贼。

派系的顽匪实可笑，

二取⑦ 的邪见乱纷纷。

---

① 世俗言说：佛学上指人类思维、语言和行为三者所指的对象。

② 米拉：即米拉日巴·妥巴噶，义译闻喜，日琼巴之师。(1040—1123)生于阿里拉堆贡塘的加阿朵。1078年闻玛尔巴译师之名。前往洛扎学道，历经六年，极尽苦行，终得上师之传法，后返阿里，潜心修行。

③ 道貌：又译正果迹象。修学佛道成正果者的外表行迹。

④ 邪念：佛书译作邪思维、邪分别。即三违理量：不懈、误解、怀疑三者中的误解。

⑤ 纵无悉地我也不后悔：原文无此句。从上下文义及格律对仗的韵律看，此处似乎有缺漏，笔者冒昧依据文义添加悉把(即成就)成分作句以补，许是弄巧成拙。供参考。

⑥ 相蕴：辨别事物特征之心。

⑦ 二取：即能取所取，佛学上称之能取心与所取境，今译精神和物质，或意识和客观世界。

未到达智慧圆满前，

大师呀，

护送弟子吧！

怖畏中解脱之化身，

我本想去走修禅路，

昏沉和掉举多盗匪。

所缘境界险而狭窄，

寻思[1] 烦人呀神志昏。

未到达戏论[2] 平原前，

大师呀，

护送弟子吧！

怖畏中拯救之化身，

我本想去走辨经路，

贪求和亲近太久遥。

涅槃灭度险而狭窄，

希求的顽匪实可笑。

未踏遍全部家宅前，

大师呀，

护送弟子吧！

说毕，上师米拉日巴道："如今你要去前藏，我倒有为你送行、祝愿吉祥的道歌，你坐在我这件唯一的布衣上好了！"

日琼巴答道："平日里都不可逾越上师的身影，怎么敢坐在您的衣服上呢，既然是上师之教命，只求别遭罪孽呀！"随后，便端坐在上师的衣服上面。

接着，米拉日巴唱了这样祝愿吉祥的古尔鲁：

问我承袭何法统？

传承就是金刚持[3]。

好的传承得吉祥，

---

① 寻思：即想象、幻想。

② 戏论：即远离戏论，佛家常指无益的思路和不切实际的仪节，意指空性或法性。

③ 金刚持：梵文音译伐折罗陀罗，亦作金刚杵，表示如来金刚智印。密宗谓释迦牟尼讲密乘所显身相，身呈青金色，右手持金刚杵，左手持金刚铃，表示金刚部菩萨摧毁魔敌之坚毅智力，故为诸佛共主，密宗的秘密主。

祝愿弟子[①] 得吉祥！

要问师长是何人？
非同一般好至尊。
师长就是玛俄俩，
祝愿师长得吉祥，
祝愿弟子得吉祥！

要问善法[②] 是何法？
就是大印[③] 和六法[④]。
祝愿善法得吉祥，
日琼巴弟子得吉祥！

要问本尊依止谁？
金刚亥母[⑤] 是我尊。
如意本尊得吉祥，
日琼巴弟子得吉祥！

何谓我的护法神？
兄妹护法[⑥] 且莫疑。
祝愿护法神得吉祥，
日琼巴弟子得吉祥！

三藏之中观修行[⑦]，
日琼巴弟子得吉祥！

---

① 弟子：指日琼巴。原文此处有"日琼巴弟子"字样，下同。

② 善法：又译作正法，妙法。

③ 《大印》：也称大手印。旧密所说究竟果位或殊胜成就，极无变异之乐，与第一刹那所得印证此乐之一切种色，无亏无盈，体性如初，乃至虚空未尽，常往常静，斯之谓印；断、证、心德三大具备，斯之谓大，故名大印。

④ 《六法》：即《纳洛六法》，古印度佛学家纳若达巴所传修道六法。指脐火、光明、幻身、中有（一说双运）、往生和夺舍。

⑤ 金刚亥母：指上乐金刚阴体佛母，亦谓上乐金刚的明妃，头现猪形，女身，其塑像为与上乐金刚相抱之形。噶举派修密宗时的主要本尊神名。

⑥ 兄妹护法：天神名；大红司令主。

⑦ 观修行：此三者为三藏的三种内容。俗称观点，修习方法和举止行为。经藏讲观点，律藏讲行为，论藏讲禅定修习。一般说法是经律论三藏，经者圣人之言，讲定学；律藏讲戒学；论藏谈诸法的性相，而生圣智，讲的是慧学。

寂静、门径和果报①，
日琼巴弟子得吉祥！

脉道风息和明点②，
日琼巴弟子得吉祥！

安乐显露和无寻③，
日琼巴弟子得吉祥！

自古真佛显真法，
法真僧众自然真。
永恒吉祥驻人间，
日琼弟子得吉祥！

要问贫僧何称谓？
米拉日巴是本僧。
我为徒儿作祝福，
但愿弟子比师强！

至尊又说："你到了前藏，不要跨进世俗家宅的门槛，假使不清心寡欲，不舍离④ 世俗家宅，必遭一只暗藏的红色母狗伤害的危险，那时，别忘记与师父的修持。"

趁至尊在此之便，日琼巴请问道："有音讯说我当年在印度听受大印的尼泊尔上师阿苏克⑤ 仍在前藏⑥，能否前去拜见？"

米拉日巴喇嘛说："那么，你说吧！要是比我们的教法还高深，就修持实践吧。要不然，还是苦修我的佛法。"

日琼巴拱礼，请求赐福。上师作了许多祝愿之后而去。

至尊米拉日巴在想，他能否向我回眸而望，如果不回过头来回心转意，日后就不值得

---

① 寂静、门径和果报：寂静，断离烦恼曰寂，绝苦患谓静，涅槃之意；门径指方法，佛书译作"道"；果报，是说因果报应中善因有善果，恶因有恶果。

② 脉道风息和明点：亦作密乘所说的风、脉、明点。以脉瓣结成轮辐的形式，存在于体内顶门乃至私处等部位，是人体的三个基本成分。寿未变异，命未止息时期之识所依处。此三者依佛家讲释，认为三者互相依存，脉如居宅，精如财宝，风心如主人。

③ 无寻：即不分别、无分辨，心不思虑。

④ 舍离：又译断灭、遮止。即戒除、抛弃之意。

⑤ 阿苏克：为阿苏大师。

⑥ 仍在前藏：据《青史》载，日琼巴赴前藏与阿苏大师相会于此方乌如地方，见该书藏文版 524 页。

再喜欢他了。稍时，躲在石沟的窄处窥视起来，只见日琼巴目不回顾，扬长而去。莫非对师父和教友产生了邪见？考虑到佛法和诸多法统传承属秘密单传之类，于是，运用了一次修炼的气功之力抢先赶到日琼巴的前头，从卓浦越过一座山头，便是娘囊当曲河畔，在波洛码头的一座形似卧狮的岩石旁边，摇身幻变成七名盗匪，对着日琼巴，用诡诈之言，声称要杀要打，将他的食品财物抢了个精光。

日琼巴内心思忖，今日里对上师没有顶礼，实为不恭，真是罪过呀，心里修念起喇嘛来。刹那间，这些悍匪变成七位素不相识的布衣僧人，唱了这样的古尔鲁：

年青小僧你抵此，
今日你从何处来？
准备今晚宿何地？
佛法传承何法统？
亲近依从何师长？
修习本尊谓何神？
祈请正法称何典？
依从何样护法神？
修持实践是个啥？
这座大山称何山？
涓涓河水叫啥名？
这块大岩称何石？
请勿妄语作回答！

日琼巴十分纳闷，我并不识认这些人，难道是喇嘛变幻的吗？接着便唱古尔鲁说：

今日我从娘囊来，
今晚不定去何方。
佛法传承金刚持，
米拉日巴是师长。
本尊法轮是胜乐，
正法称作大手印。
兄妹护法是护法，
修持实践是脉息。
日琼多扎是贫僧，
娘囊卓浦[1] 是此山。

---

① 娘囊卓浦：娘囊，今聂拉木，旧译聂朗，地处藏西南部，南面与尼泊尔接壤。卓浦，山洞名。娘囊卓浦为米拉日巴长期居住的修禅居地。

波若码头是此河，

雄狮昂坐叫此岩。

至尊隐身瑜伽师，

摄持护佑化缘人。

唱毕，各位幻变之身，恢复成原先的本体说："你头也不回便扬长而去，我是前来进行试探[①]的，鉴于你并未败损誓言，如今你要去前藏，那么，你就去吧！"

日琼巴欣喜若狂忙向喇嘛频频顶礼祈祷，启请法统加持，请求佛法及秘诀语旨赐教，为了使佛法发挥效力，直向前藏奔去。

三、亚德祥俄逢房东
婉谢老妪收养情

日琼巴闭关修炼了一次风息神变[②]，来到快步健行者需要一个月才能抵达的藏绒名叫亚德祥俄[③]的地方。

他来到从前第一次赴前藏时曾经居住过的房东家暂时歇息。只见女主人身着绸装，颈间佩带着一颗硕大的绿松耳宝石，身背铜器皿，手执水瓢前来提水。

日琼巴走上前去，客气地说："功德主：瑜伽行者今晚投宿之处，你是否可行个方便？"

在询问是从哪儿来的时候，她将日琼巴从头至脚仔细的打量了一番。

"是从娘囊卓浦来。"日琼巴回答道。

她又问："从卓浦到这里，你在路上走了多少天？"

"飞毛腿[④]大约需要一月有余，我是当天就赶到的。"

"怎么能断言从前飞毛腿要走上一月多，谁都能当日走到的。你别瞎扯胡吹了，分明是贪财害了红眼病，打我的松耳石和铜钵的主意。这些都是我需用之物，你别再费心思了"。说着便要离开这里，日琼巴扯住她的衣襟，就拿你和我作个比喻，于是唱道：

心的本性[⑤]光音天[⑥]，

若以虚空作比喻，

虚空心性难比拟。

---

① 试探：此处藏文是一个多义词，有修法、考察、探知、清算、实践、体验、修持等多义，但按前后文意，译作试探，有观察、考验等意。

② 风息神变：这里的风息指密宗所说的风、脉、明点中之风息。神变，又译神通，指的是通过修持禅定所得到的不可测、无阻挡的翱翔天空的飞腾虚空的力量等。全句意思是通过修炼气功，获得翱翔的神通。

③ 藏绒名叫亚德祥俄：藏绒是临近后藏日喀则的绒亚德、绒强饮、绒土哲等地之总称。亚德今聂拉木县境一地区名。

④ 飞毛腿：通常译作快步健行者，此处取其意译为飞毛腿。

⑤ 心的本性：指心性、灵魂精神、心真实性、悟性、理解力。

⑥ 光音天：又译极光净。

虚空心性若能比，
苍天失望是空[1] 的，
心性无望是空的。
虽说两者均为空，
大有区别意不同。

心的本性光音天，
若以日月作比喻，
日月心性难比拟。
日月心性若能比，
你我两者不宜比。
我俩之间若能比，
我乃派作世间事，
白天奔波利众生。

夜晚留得光音天，
祭祀尕玛昨晚献。
你最善做俗间事，
白天作事心散逸[2]。
夜晚昏聩去酣睡，
昨夜衣食落她手。
虽然均为得人身，
似像非像意不同。

说毕，她生起极大敬信，并迎请日琼巴到了她的家中。女主人的那位年老多病的丈夫与喇嘛日琼巴刚刚相见不久，其沉疴猝然痊愈。

老两口开言道："我俩无儿无女，家产富庶，喇嘛你就住下来作我们的儿子，作我们的福田[3] 吧！"

喇嘛讲授了许多佛法，他俩产生了更大的信仰，便将人世间绝无仅有的一颗形如狮子昂坐、大小似八岁孩童之手掌的绿松耳宝石奉送给日琼巴喇嘛。

日琼巴住了七天，宣说了许多佛法和祈祷。他说："久住这里，我的内在功德不为人知，

---

① 空：佛书上指四谛十六相之一，与"我所见"相反，故名为空。
② 心散逸：佛书译作掉举，指心不专注。
③ 福田：布施的对象。

外表瑕疵却日渐显露，于是唱道：

上端具喜乃天国①，
晨播谷物下午熟。
并非农夫多能干，
前世福泽② 今异熟③，
看见施舍皆缘分。

下端十八地狱④ 处，
利器击伤当即愈。
并非医生多精明，
前世杀生今异熟，
戒除断命皆缘分。

上端恶业之饿鬼⑤，
刚刚饱囊又喊饥。
并非食量真惊人，
前世悭吝今异熟，
戒除吝啬皆缘分。

下端洗涤池塘中，
如意奶牛⑥ 有一头，
挤奶与否你最清。

千丫万枝一条根，
有药能除五毒⑦ 病，
是否服用你清楚。

---

① 天国：又可译作天域，天域，即神灵居住之地。

② 福泽：又译作福报、福德。指有福气。

③ 异熟：指报果、报应。佛书译作异熟。如现世造有漏善业，后世感善趣身异熟果；现世造恶业，后世感畜生身异熟果。即造业受报而得的身体。

④ 十八地狱：即八热地狱，八寒地狱，独一地狱和近边地狱，共计十八处。

⑤ 饿鬼：三恶趣之一，也称三恶道。即地狱、饿鬼、畜生。依恶业可往来之外有三所故名。其中，心常思饮食，故名饿鬼。

⑥ 如意奶牛：能满足愿望、随时可挤奶之牛。

⑦ 五毒：宗教上指的是贪、瞋、痴、慢、疑，共称作五毒。

喇嘛跪坐师座前，

钥匙能解秘诀关，

修持与否你最清。

在这之后，日琼巴来到河的北侧，与乃囊衮角相见，有关修筑土石城堡之事。从这里返回时，又来到了拉萨及桑耶[1] 地方。

四、其琼赞布遇拉江
治愈父病入赘婿

日琼巴来到雅垅的一处名曰其琼赞布城堡[2]，在这家门前托钵化缘。父角德赞布正好转悠在屋顶上，她的女儿，名叫拉江温布的也来到房后雅仁山里挤犏牛[3] 的牛奶，喇嘛主仆二人唱了这样的古尔鲁："向诸上师行顶礼，怙主尊前致敬意，你们人身得暇满[4] ……"正唱着，拉江姑娘接着话茬说：

向诸上师致敬意，

怙主尊前行顶礼。

说话要讲笃实语，

拉江有话听我说。

不愿在此可离开，

我去雅仁要挤奶。

说毕，在挤奶时，日琼巴又是连唱古尔鲁，又是狠击单钹。犏牛受惊，从垫起的挤奶台上跳下来，撞得牛奶泼倒在地。姑娘极为反感，非常恼怒。只见她右手拿着一根长杆，左手抓着一把尘土说道：

"布衣[5] 师徒请听我言，

拉江有言要说分明。

要讨生计可慢乞求，

没有讨着莫狂声吼。

恶作乱吼犏牛惊恐，

牛惊慌乳汁遍地流。

---

① 桑耶：今山南扎囊县境内一地名。

② 其琼赞布城堡：指富贵大户的家宅。

③ 犏牛：牦牛与黄牛杂交所生之牛。

④ 暇满：意思是有闲暇时间，身心圆满无缺陷，此乃修学佛法最好的条件。宗教上具体称作八闲暇（1. 地狱，2. 饿鬼，3. 畜生，4. 长寿天，5. 生边地者，6. 诸根残缺，7. 生无佛法地者，8. 邪见者）和十圆满（生为人、生于中土、诸根全具、未犯无间、敬信三藏、值佛出世、值佛说法、佛法住世、信奉佛教、有缘修学。前五种为自圆满，后五种为他圆满）。

⑤ 布衣：身着棉布衣裳的苦行僧人。

遭父训斥我责难当，
你俩要走早就该走，
若不走应把规矩守。

说毕，一手握尘土，一手持长杆走出大门，来到喇嘛跟前，把日琼巴从头到脚打量了一番，觉得很是希奇，生起极大敬信，她便改口说：

向诸位上师致敬礼，
向教典怙主顶礼行，
喇嘛师徒请听我言，
拉江有言要说分明，
我要去侍候我的父，
师徒俩在此把门堵。

来到父亲跟前说道：

父亲大人听小女讲，
来了瑜伽者俩师徒，
在咱门台下将路挡。
既像入修者日琼巴，
又像是行者日琼巴，
托钵体前来把缘化。
应迎进家中作款待，
为除却父病求授法，
若觉得良法多吉祥。

父亲听完女儿陈述，便说：

听着吧女儿拉江你，
父亲我有话对你讲。
昨夜入睡我做了梦，
梦境中好兆实吉祥。
是米拉法统传承徒，
上师与弟子无两样。
快迎进家中你侍候，
呈献何礼我都赞赏。

这时，拉江走到喇嘛面前，说：

师徒两位请仔细听，
转向拉江请求听我讲。

来自拉齐雪岭真殊奇，

是米拉法统的传承徒。

角德赞布实乃小女父，

身体欠恙托我礼献上。

有何良法可医你知否，

假使知晓恭请入宅家。

听到这里，喇嘛日琼巴便说："前不久，我在上师座前，他曾叮嘱我来到此处，定要弃却进入世俗人家的门槛。

拉江答道，姑娘我自有不违背喇嘛教诲的办法，接着便说：

石台阶可垒在房背面，

台阶上可铺上白毡毯。

小帐帷搭成那三角形，

迎剌嘛你登顶入里边。

日琼巴喇嘛登上屋顶，角德赞布来到日琼巴跟前，这时候，日琼巴喇嘛给他在使用《金刚摧破法》[①]、《黑白宝髻总持》、《达、恰、穹三者灌顶》[②] 及佛法、受用、幻化之灌顶等许多佛法传授、灌顶、禳解后，父角德赞布的疾病完全得以康复痊愈。

角德赞布便探问道："喇嘛师徒两位不知从何而来，来到这里的日琼巴师徒的圣地寺院在哪儿?"

日琼巴答曰："我是从拉齐雪岭来，我是米拉日巴的心传弟子。"

父亲说："烦人的病魔缠身，虽使用了卜算[③] 等不少办法依旧不见好转，只好向大证大慧的喇嘛祈请灌顶和加持，承蒙喇嘛你这次能光临寨舍，深谢厚恩了!"说毕，便连连向日琼巴拱手行礼。拉江姑娘也极其隆重地招待了师徒俩人。

随后，父亲说道：

大喇嘛师宝听我讲，

我家产丰厚无儿郎。

求留下作儿做福田，

献给你神幡及拉章[④]。

献给你牧人及牧场，

献给你农户连田庄。

---

① 金刚摧破法：即金刚摧破陀罗尼，古印度佛学家益西多吉著，亲教师佛陀古哈耶和西藏译师噶瓦拜则由梵译藏，仁钦桑波后来作过改译。

② 达、恰、穹三者灌顶：即马头明王、金刚手、威猛鹏裙本尊之缩写。

③ 卜算：即占卜和五行算的缩写。

④ 拉章：大活佛、大喇嘛居室。

拉江姑娘许配给你，

做义子福田受恩养。

听完叙述，喇嘛日琼巴对其请求和供养答应了下来，为雅垅本地的乡亲们广做灌顶和加持赐福的善事。

一家没儿没女的老两口，收藏着一颗火红的松耳宝石。老两口商量着说："埋在地下没多大意思，如果加工成饰品，叔伯辈眷属之间免不了为此而发生争执。与其如此，倒不如我俩将来琼赞布城堡的喇嘛迎请到咱家，作皈依供养，请求灌顶传德，将这颗无价之宝的松耳石赠送给喇嘛。"

过了几天，老两口将喇嘛请到家中，把这颗宝石作为诵经酬谢送给了日琼巴。

送给喇嘛后，不几天，便被拉江从侧旁瞧见。她去请问喇嘛更换什么样的衣服，进行改装[①]。心想，劝他穿上雅砻人的服饰装束吧，于是唱道：

向诸位上师致敬礼，

向教典怙主顶礼行，

喇嘛师徒请仔细听，

拉江有言要说分明。

请喇嘛摘下印度莲花帽，

姑娘的金莲花黄碗帽[②]带头上。

请脱下唯独喇嘛身着的布衣裳，

穿上姑娘所送给你贡嘎的俗装。

摘下印度的螺制耳环，

姑娘送的珍珠长耳坠颈间挂。

请喇嘛解下你的修禅带[③]，

姑娘送你细呢花带系颈上。

请喇嘛放下犊牛瓶[④]耳传法，

姑娘家草书写就的债簿你收下。

请喇嘛放下檀香木金刚橛，

姑娘的笔粉袋[⑤]腰间挎。

请喇嘛别再把那颅碗用[⑥]，

① 改装：此处原文从字面上看很容易理解成单纯的更换衣服。其实是指改变服式装束，是常常为了求息灾年灾月厄难等寿命灾障而更改服式服色的一种宗教活动。

② 黄碗帽：音译博尕，原西藏地方政府俗官所戴的一种黄色平顶碗形帽。

③ 修禅带：禅带，参禅打坐时，套在双膝及颈上的带子。

④ 犊牛瓶：系藻词，喻指精神食粮，故常常指小册子、经典之类。

⑤ 笔粉袋：腰间系作装饰品的盛竹笔墨盒的小袋。

⑥ 颅碗：用人体脑盖骨所制作之碗。

姑娘塔波所产黄碗比它强。
请喇嘛放下那三节藤禅杖，
骑上姑娘驯化的善奔大公马。
请喇嘛脱下磨破的白鞋底，
穿上布拉彩靴莫把姑娘忘。

此刻，喇嘛日琼巴答道：

请听我言呀姑娘拉江，
听一听日琼巴给你讲。
摘下印度莲花帽岂妥当，
不贪著金莲花黄碗帽带头上。
用作信奉的依托你且暂留，
前往拉齐雪岭时要带上。

脱下独一无二布衣岂妥当，
谁贪著身着贡嘎的俗装。
用作信奉的依托你且暂留，
前往拉齐雪岭时要穿上。

取下印度螺制耳环岂妥当，
不贪著珍珠长耳坠挂耳旁。
用作信仰的所依可暂留，
前往拉齐雪岭时要带上。

解下修禅带岂妥当，
谁贪著细呢花带系脖项。
用作信仰的所依可暂留，
前往拉齐雪岭时要换上。

放下耳传经典岂妥当，
不谋图将草书债簿来接收。
用作胜信的寄托你暂留，
去拉齐雪岭时带上有用场。

换掉檀香木金刚橛岂妥当，
不谋图笔粉袋腰间挂。
用作胜信的寄托你暂留，
去拉齐雪岭时带上有用场。

头盖骨颅碗不用岂妥当，
不贪著塔波黄碗中把茶品尝。
暂时可以留作敬信之所依，
去拉齐雪岭时要带上。

放下那三节藤禅杖岂妥当，
不热衷骑上善跑的大公马。
暂时可以留作敬信之所依，
去拉齐雪岭时要带上。

脱掉白牛皮鞋子岂妥当，
不贪恋布拉彩色靴穿脚上。
用作敬信的依托且暂留，
前往拉齐雪岭时要换上。

随后，逐渐更换了全身的装束，日琼巴口中念诵道："唵嘛呢叭咪吽[①]，明察的大自在米拉日巴！"

日琼巴师徒俩人受到极其热情的接待。拉江姑娘看到日琼巴更换了着装，于是献上了这样的颂赞及揣度之词：

喇嘛师徒请听我言，
拉江有话让我慢讲。
偏偏说喜戴印度莲花帽，
还说换上金莲花黄碗帽欠妥当，
莫非是声东击西喜更装。

日琼巴答道：

摘下印度莲花帽怎妥当，

---

① 唵嘛呢叭咪吽：即观音六字真言。又译作六字明咒、六字大明。为祈宝珠莲上之义。佛家认为这是莲花手菩萨祈未来极乐往生时所诵之六字，如彼阿弥陀如来在极乐莲台，救济祈者，生生世世出离因果无穷之生死，故尊戴至厚，众教徒经常皆口念诵此六字明咒不断。

戴上金莲花黄碗帽难得体，

要说更衣着装就是此回答。

后来，拉江女心想，老两口馈赠给日琼巴喇嘛的那颗松耳宝石能给我吗？再说喇嘛自己是不会佩带的，我定要将它弄到手。打这以后，她多方使伎寻法，均未凑效。欲想直说让喇嘛送给她，但是却难以开口。末了，尽管对喇嘛做了十分殷切地服侍和供养，还是没有得到这颗宝石。

一天，日琼巴去藏地度假，拉江女想，从前，喇嘛十分珍爱他的犊牛瓶行囊，里边究竟藏有何物？打开窥视，不见老两口送给的那颗松耳宝石，却意外地看到比那颗稍小的一颗宝石，这便是亚德祥俄地方，人家送给的形似雄狮昂坐状的那一颗，拉江高兴地唱道：

生身娘呀心中实快活，

拉江越看越想心越乐。

喇嘛去藏地度假已离去，

他对任何财宝全不希罕，

唯独那犊牛瓶囊倍珍惜。

今日里得便瞧瞧装何物，

谁料松耳石红宝有一颗。

看此宝嵌于眉发间是否妥当，

看此宝高悬脖子间是否得体，

看此宝系在右耳上是否俊美，

看此宝佩带左耳中是否漂亮，

真不知将宝石到底该带何方，

顶髻中带思来想去最为端庄。

姑娘我定要把松耳宝弄到手，

复装进犊牛瓶中暂且于原处放。

喇嘛日琼巴从藏地休假返来，自然对拉江的所为了如指掌。他凭依幻身之法，幻变了三位托钵化缘的乞丐，抓着他自己的衣服下摆，乞求着说："请赐给我们一些吃起来挺方便，带着走也便当的东西吧！"

日琼巴对三个乞丐十分同情，便说："你们不必在这里久久苦求，咱们到宫院后边去吧。"来到后院，从犊牛瓶中掏出从前在亚德祥俄时老两口送的那颗形如雄狮昂坐状红色松耳宝石，置入揉好的一块糌粑团子中，交给他们，并叮嘱说："乞丐们，不要呆在这里吃这些食物，离开这里到稍远一些地方去再吃吧！里边装有带着便当，售价昂贵之宝物。这件宝物千万不能被别人看着，特别是一名叫拉江的，假使瞧见你们有这件宝物，定会争抢。现在就快到别处去吧！"

一位乞丐说："不晓得这块糌粑团子中装有何物，就在这里吃吧！"

年长的乞丐说："使不得！喇嘛日琼巴是佛陀的化身，不能违背他的教命，我们到别处去！"

来到一处地方的墙脚下，吃了起来。正因为三个乞食者实属喇嘛使用幻身术所变，形似雄狮昂坐状的特大松耳红宝石，又顺顺当当落入喇嘛日琼巴之手。拉江虽然巧施伎俩，贪求宝石奢望，终归彻底破灭。

五、拉江反目起坏心
善业受障更僧装

雅砻河谷口达地，一处名曰切莎色格拉康的佛堂举行盛大开光[1] 庆典。众多男女老幼，摩肩接踵，纷至沓来，异常热闹。拉江也想前往，她便来到喇嘛日琼巴跟前说道：

喇嘛师宝这儿听，
拉江有言作陈禀。
雅砻下边达地河谷口，
切莎色格拉康人潮涌。
新修的佛塔要开光，
修葺了原有旧佛堂，
前去朝拜不能没有你。
堂堂男子全身具备的，
哪有喇嘛潇洒与英俊。
端端庄庄女子应有的，
哪有拉江美丽与漂亮。
姑娘们上市常常显风流，
喇嘛你今日去那兜兜风。
男子汉去时常骑彩装马，
女子们去时定将珠宝挂。
松耳石你在犊牛瓶中藏，
请求你能将它借给姑娘，
返回后归还你至尊喇嘛。

喇嘛听后，对拉江提出暂借松耳宝石，作了这样的回答：

---

① 开光：又译善住、安神。迎请神佛进入偶像、经书、宝塔等之中的安放神灵的一种宗教仪式。

"拉江姑娘请你细细听，

老两口送的那松耳石，

赠给麻风男子不存在。

犊牛瓶中装的那宝石，

已送化缘乞丐也难觅，

拉江欲讨松石已来迟。

你看不看热闹那是你的事，

欲知我看热闹究竟去何方，

要看热闹就向自己身上瞧，

祈请加持就在自己心中想。

欲想得到绿松耳宝石的愿望成为泡影以后，拉江一腔怒火，说了一声"乞丐就是你自己"！于是，便愤然离去。

喇嘛暗自作想，世间珍宝尽管很多，现世和来世都没有比烦恼的祸根这个痛苦更大的。声称将这颗松耳石给她，对我却起偏见。妇道人家这类珠宝足够享用，还如此悭吝贪求，同其父赞布之教诲格格不入。看来善行的事业受到了障难[①]。

拉江女恼怒之后生起坏心，一改往日盛情款待、热情侍候的常态。今日，喇嘛用膳时，她只给一碗糌粑，让女仆送去，正碰上喇嘛入座[②]禅修，没有空闲接碗食用。拉江见到这般情景，十分激怒，便将茶渣、酒糟、变质乳酪放到日琼巴喇嘛面前，说：

听听吧喇嘛师徒俩，

拉江我有话现要讲！

可口的饭食若不吃，

乞丐人残羹有一桶。

二位有财有松耳石，

说送给乞丐是假称，

乞丐是你俩谁不晓？

此刻，当日琼巴仔细端详陈放在面前的食物时，靠近眼前的一侧，摆放着较好的食品，便说："缘起还好。"不料，拉江手里操着一根白杨木棍子，劈头盖脑朝着日琼巴浑身上下一阵抽打，还将酒糟等物甩到上师嘴上。见到这般恶作，日琼巴想，这回当真是坏损了三昧耶[③]了。最初，当我从上师米拉日巴的座前离开那儿的时候，他就曾说要我弃离世俗人家

---

① 障难：即中断，佛书又译作磨难、留难、间断。

② 入座：禅定班次，一般分上午、下午、晚上三段，修三次法。闭关打坐期间不谈话，不会客。

③ 坏损三昧耶：即渝盟。三昧耶系梵语誓言、誓约的音译。指不可逾越的金刚誓词，严肃应允永远坚持不违犯的诺言。坏损三昧耶，即毁弃誓言，渝盟之意。

的门槛，假使不断除闯进俗家门槛之恶念，定会遭受到一只红色母狗的扑咬。今日里只怕是当真应验无疑了。思前想后，觉得与其在此滞留，不如早日离开这里为好。于是唱道：

妄自尊大者仔细听！
今日里清晨一大早，
魔女你作孽遇厄难。
领教了魔女的戏弄，
三昧耶受损做堪布①。
加持的金钝已折断，
白绫裹肉身全撕裂。
犁耕硃印本② 实疼痛，
白杨木棍棒做灌顶③。
身骨削成了垂瓣莲，
喇嘛被抽打太狠凶。
焚烧自续④ 害红眼病，
口似蜜恶语把人伤。
妖女你所作之恶业，
实属翻脸的奸诈妇。

瞧瞧那浦赫仁雪岭，
我不见达地受暖位⑤。
顺顺臣民俗家心愿，
我不会忘记众教友。
吃吃那佳肴同肉酒，
我不忘经历之苦行。
观观公主之美颜容，
我不会忘却空行母。
穿穿柔软细氆氇服，
我不会忘记僧装布。
住住雅砻的柳树林，

---

① 堪布：梵作邬波驮耶。亲教师，略作亲教。藏地或称为剃度堪布或近园堪布。
② 硃印本：用硃砂或红墨水印制写就的手卷经函。
③ 灌顶：密宗传授弟子密法的一种仪式。举行了这种仪式，徒弟才有权修习所传授的教典。
④ 自续：即自续派，属中观宗派之一，自心相续。
⑤ 暖位：即妮谷空行母六法中的修脐火安暖自燃。噶举派祖师对纳洛六法的解释也是如此。

日琼难忘遭魔女袭。

我内心苦楚实气愤，
弃舍君王去投师尊，
前去向喇嘛作祈祷。
脱掉漂亮服着布袋，
离开拉江依止空行。
摈弃那骏马操藤杖，
乘灵魂之风朝前走。

说到这里，日琼巴喇嘛欲取来自己的行装，便说：

唵嘛呢叭咪吽。
拿来我的印度莲花帽，
你的金莲碗帽在这里。
拿来唯独我穿之布衣，
你的贡嘎俗装在这里。
拿来我的印度螺耳环，
你的珍珠耳坠在这里。
拿来我的那条修禅带，
你的细呢花带在这里。
拿来我的耳传犊瓶囊，
你的草书债簿在这里。
拿来我的檀香金刚橛，
你的那笔粉袋在这里。
拿来我那头盖骨颅碗，
你的塔波黄碗在这里。
拿来我那三节藤禅杖，
你的善奔骏马在这里。
拿来我那穿底皮子鞋，
你的布拉彩靴在这里。
穿上我僧家的布衣装，
皑皑白雪伴我去前方。

说毕，易服更装，手持帽子，唵嘛呢叭咪吽！接着又道：

天赋机智灵敏淑女你，

用你聪慧双耳仔细听。

手执的这顶帽不寻常，

实乃弘扬噶举之标志。

看那五彩流苏上端挂，

恰是五种空行[1] 的标志。

天花痘疹缝制在四方，

正是降敌威光之徽像。

前方织的太阳和月亮，

正是驱除黑暗的标帜。

背面你看织就之马头，

正是日琼深见[2] 之象征。

帽前织的那熊皮眼罩[3]，

正是遮雪避光之凉帽。

绘制着绳索将麋鹿缚，

标志着瑜伽既长又久。

绳系住白海螺之寄托，

正是阻止恶趣[4] 门标志。

对着布衣面子的寄托，

正是希冀漫游之标志。

对着里层棉花的寄托，

正是心软似棉之标志。

对这后面悬垂的飘带，

正是教法受挫之象征。

对这帽耳分作耳两旁，

标志日琼拉江两离分。

外形就像密乘君王宫，

里面恰似蕴相[5] 灵鹫山[6]。

---

① 五种空行：即佛家所称之东方金刚空行、南方珍宝空行、西方莲花空行、北方羯摩空行、中央佛陀空行。

② 深见：佛书之见，通常指观点、看法、见解。这里译出的是俗语，就是高深见解。

③ 眼罩：又称眉帘，防止雪盲戴的护眼额罩。

④ 恶趣：依恶业往生之处所。又译作恶道、恶途。

⑤ 蕴相：蕴，堆积一处，故名蕴，佛书常指人身并无一个自我实体，只是下列五种东西集合而成：色蕴、受蕴、想蕴、行蕴、识蕴共五蕴。

⑥ 灵鹫山：佛家认为佛陀宣说般若经之山名即灵鹫山。

帽子用指丈量有五指[1]，

帽子用肘丈量则一肘。

帽子用庹来量刚一庹，

将它带着带着朝前走。

拉江拿着衣物说："这就是你的那一顶印度式莲花帽子，把我的金莲花黄碗帽归还给我吧"之后，同日琼巴交换了衣物。日琼巴将印度莲花帽带在头上，流苏中裹了些柯子[2]草药，背上背着三角形褡裢，手拄三节藤的禅杖，准备离开这里。

就在这时，拉江心想，这位瑜伽行者现在毫无挂牵地要去外地。然而，平素他非常珍爱的是这件犊牛瓶，如果能将此物挽在我的手中不交给他，也许他可以考虑留下来不走了。想到这里，前去拉扯不休。不料，系带断成两截。拉江拿着从喇嘛手头失落的犊牛瓶，走上前去，面向日琼巴拱手行礼，说道：

喇嘛师徒俩请听我言，

拉江姑娘有话作陈禀。

今日清晨日出一大早，

姑娘心里总想作启请。

欲留喇嘛不长也不短，

恳求住下护佑角德府。

日琼巴喇嘛答道：

当真呀当真呀拉江你，

你并非是人而是魔女。

一是我信不过坏女徒，

二是不守戒律坏教友，

三是无知愚昧坏佛经，

离弃了这三条最幸福，

瑜伽不再居此让我走。

我要把那戒律来恪守，

我要精进勤奋兴善行。

修习那正量[3] 获辨析力，

成就了这三条最幸福。

---

① 五指：一手之量。即竖起大拇指，自小指尖至大指尖之长度。

② 柯子：俗称藏青果。三果之一。藏医中常以柯子、毛柯子、余甘子三药连用，故称三果。梵音译作柯黎勒。

③ 正量：即因明子，又译作量或正量。

不依附那房东居山沟，
不贪著那绫罗着布衣。
不迷恋那佳肴去乞食，
亲近了这三条最幸福。

听着吧拉江你太奸诈，
我在外把师长苦觅寻，
放弃在家喇嘛太过分。
抱残守缺启请碎纸页，
丢弃流传秘诀太过分。
不恪守誓言的姑娘你，
无片刻闲暇与你亲近。

公主拉江扯着喇嘛的衣服请求着说：

喇嘛师宝呀你细细听，
忏悔从前过失你已允，
如今面临命运师知悉。

喇嘛唱着古尔鲁说：

妄自尊大者你侧耳听，
名曰拉江动听又顺口，
结识魔女为友受诳骗。
舍弃修行山沟游村间，
周游村庄令我太后悔。
舍弃喇嘛师长靠君王，
依从了君王我太后悔，
眼下我不再把君王靠。
弃离了空行母靠拉江，
弃离了诸教友靠臣民，
弃离了藤禅杖靠骏马，
饱尝此举酸甜与苦辣。
瑜伽不再住这决定走。

日琼巴说着说着，便走向顶屋，这时拉江走上前去，一再请求喇嘛住下来，便说：“贡塘

日琼巴呀，你听我说，修习你传之法，既慈悲又善良，虽然说对菩提萨陲[1]有损害之因，然而，无知的比丘[2]是如同酥油佛灯一样的明亮，请求你留下来护佑角德王府，求你了。”

喇嘛日琼巴唱着古尔鲁说：

生生在灵雪山[3]家族，

老狗想挤搡白辛苦。

生生在熊族白胸熊，

野猪想替代白辛苦。

生生在岩巅兀鹰族，

公鸡想钻营白辛苦。

生生在马群之骅骝，

山寨驴挤入白辛苦。

住住在角德赞布家，

妖女伸魔爪白辛苦。

你并非是人是妖魔，

别扯拉布衣你拉江。

布衣本非你拉江缝，

制作布衣是空行母。

说毕便向位于中间的屋子走去。这时，又听到拉江说了起来：

无知无觉还有颠狂，

人世孽障没比它大。

败坏誓愿奴知忏悔，

衷心恳求你能留下。

日琼巴答道：

向诸位喇嘛把礼拱，

为抛弃灾难作加持。

败损誓言的夫人你，

难与你居住一家中。

假使同饮那一河水，

---

① 菩提萨陲：义译觉有情，菩提勇识，发大乘心者，利他者。即修持大乘六度，求无上菩提，利益众生，于未来成就佛果的修行者，佛家称之为菩萨。

② 比丘：佛教出家受足戒二百五十三条者，得一切别解脱戒者。

③ 灵雪山：即冈底斯山脉，又译作灵雪山，梵译开拉斯。今阿里普兰县境，驰名中外的佛教圣地。

转生在恶趣阿鼻[1]中。

瑜伽不滞留放我走。

拉江又说：

师宝你听来你又想，

住下后你再慢思量。

想到我要走虽在理，

雪山顶上的白狮子，

不愿入山底的平川，

为装饰山顶住下来，

雄狮抖鬃毛显威严。

密林山巅的斑虎你，

不愿入山底的平川，

为装饰山巅住下来，

斑虎身闪光显威严。

山岩顶上的大兀鹰，

不愿落岩下的平川，

为装饰岩顶住下来，

扑打那翎羽多赫显。

贡塘的日琼多扎你，

虽不愿来到拉江前，

请做我父王的福田。

江拉说了这些话后心想，我的喇嘛就像那佛陀一样慈悲善良反而遭到了我的驱赶。现在，虽请求做他的近门弟子，但他怎么也不肯收留。于是便求助村民们再作请求，日琼巴喇嘛还是执意不听，并唱道：

向诸位至尊把礼行，

为禳解厄难作加持，

男女施主们侧耳听。

魔女她所作与所为，

---

① 阿鼻：亦作无间地狱，佛家说的八大热地狱中的第八地狱（即等活、黑绳、众合、号叫、大号叫、烧热、极热及无间）。

罄竹难书亦道不尽。
起因无理亦三分辩，
言辞漂亮羽落长空[①]。
白杨木棍棒乱抽打，
左边打毕换向右方。
师长这条命临垂危，
今生远没有来世强。
瞧瞧那前世的尸躯，
心灰意冷不想投生。
周游瑜伽的日巴我，
曾受过根本师[②] 灌顶，
陶钵中灌顶未做过。
祈请秘诀曾也不少，
吃糟[③] 的秘诀未求过，
曾作过加持有许多，
白杨棍加持未挨过，
日琼要走难于此留。

此时此刻的拉江，一边观看着喇嘛，一边哭泣。村民们感到公主很是羞愧，向喇嘛叩头致礼如墙倒，纷纷请求别走了，留下来吧！但是，喇嘛就是不从，便这样唱道：

向各位至尊把礼行，
特向大恩德作启请。
这因祸得福做加持，
离弃那上师投君王。
日琼渝盟[④] 后失权威，
修行的山寺身后抛。
离弃角德府又返回，
在家人日琼失权威，
独着的布袋身后抛，
柔软的褐子穿在身。

---

① 羽落长空：译作长空落羽，喻指零落败散或落花流水，这里指强词夺理。
② 根本师：西藏喇嘛教徒中，称自己曾经随之听学佛典的喇嘛为根本上师。
③ 吃糟：即吃糟者，实为骂人语。
④ 渝盟：背叛盟誓，背信弃义，坏损誓言。

日琼巴风雅已失尽。

日琼巴不肯在这里居留，村民们痛心疾首，因思念喇嘛无不悲痛已极，面对着拉江对众人的欺骗，日琼巴复又唱道：

向诸尊喇嘛把礼叩，
与语典大德来会晤。
厌恶的拉江你细听，
我友不善良缺教养。
我是去过雪岭而来，
看过美丽白狮而来。
假如快乐来唤拉江，
如果痛苦我会回返。

去过对面娘囊[①] 而来，
瞧过喇嘛[②] 贵体而来。
贵体若康健唤拉江，
贵体若有恙我回返。

拉江你与贡塘日琼，
祝前世宿业结缘分。
我友不善良缺教养，
日琼我匆忙会回返。
拉江女这次将我放，
假使知羞耻还布装。

拉江听毕日琼巴喇嘛语调和雅悦耳的叙述，她想，说得也是，他要看看到底是哪儿好。若是娘囊那里安乐舒服，会来唤我，那里如果烦闷，日琼巴还要回来。想到这里，稍微松开了手，心情也平静了许多。就在这时，门缝间犹如黄蜂飞旋，日琼巴师徒俩人，作了一次禅修，来到了娘果码头。

---

① 娘囊：地名，即文中前面所提及的娘囊地方。
② 喇嘛：此处的喇嘛是指其师长米拉日巴。

六、拉江渝盟父王瞋

别离娘果返后藏

日琼巴师徒俩人来到娘果码头，对着船夫说："请开船吧！"

船夫答道："原本只要来了人就开一次船的。等会儿吧，待其它旅客到后，可以一起启航"。

喇嘛日琼巴心想，在此久呆，妖妇拉江定会赶到这里来。师徒俩人将皮垫子置放在船体四隅的水上，用三节藤杖作橹，做出摇橹划船的样子唱道：

向诸尊喇嘛把礼顶，
祈祷我俩渡到彼岸。
漫游在广袤荒野中，
行迹长漫漫随水流。
城堡的首领操船橹，
刻苦摆渡向彼岸行。
靠那大手印把船撑，
浪涛翻滚沉河水走。
离开其所依将橹摇，
勤奋不息向彼岸渡。
那身得暇满意相同，
瑜伽我不留去尊前。

话音刚落，只见他俩劈水而行。船夫等一行顿生敬意连连拱手叩礼，以示忏悔，祈请跟随皈依。喇嘛日琼巴对众人此举，表示同意。

拉江心想，这位喇嘛不但说会回来的，而且离去的方式看来并非是一种好兆头。现在我得快快前去跟在后边，还不知能否赶上。喇嘛去了何处也不清楚。

她来到雅砻河谷口达地，没有找到喇嘛。返回后便编造了一通谎言诳骗其父。说道：

父亲大人听小女我讲，
我们的师父和徒弟俩，
今日里一时话语不投，
他俩起嗔不住已离走。

拉江向其父启禀完毕，只听得父亲说道："我的这位喇嘛与其他喇嘛不同，是盖世无双的尊师。现在不将他迎请回来，女儿你就要问触犯戒律罪孽的，定用猛如雨点的刀箭将你杀死！"说毕，站起身来，激怒不已。

女儿想，可以再次寻找喇嘛一趟。她复次来到雅砻河谷达地，路遇一位受业弟子背负

着行囊一同前往。她们看到许多人正在农田里拔除莠草。公主开言问道："男女香客们，诸位拔莠草的乡亲们：大伙看见过一位如风推动① 的僧人没有？头带印度莲花帽，身着独有的棉布装，手持三节藤禅杖，是一位游方布衣僧，见到者定给酬谢，假使能找见他，公主就有指望了。"众香客回答说，谁也没有看到过这般打扮的僧家。

谁知，田间除莠草的妇女们个个瞅着拉江公主，哄哄发笑，哇哩哇啦议论着说，瑜伽者后面的追随者她呀，真不知害臊！拉江听后，感到羞愧难言。

拉江曾认识的一位老阿妈说："你角德赞布家的一位闺秀，生来哪儿曾受过这番苦的，真是可怜！别担心！达地下面有一条叫作雅佳藏布的大河，挡住了去路，过不去。今日里大概是赶不上摆渡的皮筏子了，回去好了。"

公主拉江又一次前去，来到河谷口达地的切莎地方，那里有许多过往行人，她便问道：

过来的各位僧俗行人，
请把悦耳的真实话讲。
姑娘心难忍耐实不平静，
求诸位可怜我仔细回答。
今日里清晨间一大早上，
没看到一位喇嘛日琼巴？
没听到那僧人把道歌唱？
没瞅着一位体态新竹样？
没瞧见一位容面放佛光？
哪位能奉告我定有重赏！

听到这里，旅客们都说，来来往往的路途上行人成百上千，谁能介意呢？其中一位头戴皮帽的老者开言答道："姑娘你所说的那样打扮的那位瑜伽行者，如风推动已经到了娘果码头，旋风似的，连快马都难以追上！姑娘你还是回去吧！"

这一消息，使拉江十分高兴。她便向这位香客赠送了一件藏式女装短褂作为酬物，然后径直奔向娘果码头。

当姑娘来到娘果码头，便瞧见喇嘛日琼巴在河的对岸，正在给船夫及众多香客行人讲经说法。便隔岸高声呼喊着请求道："上师呀！你回到我的身边来吧，我将好生侍候你！现在已经知错作了忏悔，你替君臣们想想也该留下来呀！"

日琼巴看了公主一眼，满意地唱起了古尔鲁：

向人神尊身作祈祷，
加持我已得到解脱！

---

① 如风推动：形容神速如风，密宗中称作气瑜伽，指锻炼呼吸使其听任使唤之气功术。

不耽着狠心姑娘你，

听听我日琼将歌唱。

白狮子住在雪岭上，

看家狗来了有欲望。

狮被索缚怎么能住？

羌塘的白唇小野马，

难指望像骡作驮载，

配上那鞍垫何用场？

无耻女公主该欢畅！

贡塘的日琼多吉扎，

希望觅得终生伴娘。

临作伴侣更穿布装，

无耻女公主该欢畅！

说毕，喇嘛踩了脚底下的踏凳，一阵强风似的，像离弦之箭，疾矢远方而去。

公主拉江心想，妈呀！喇嘛头也不回而去，这一回肯定是追不上了，要对他进行一番报复。于是便这样说：

日琼多扎你向这听仔细，

公犏牛牦牛说教不绝迹，

公主我门前不会拴家畜。

烦恼相恶相任它哪儿去，

奔驰骏马的说教不绝迹。

公主我不会贪著坐下骑，

白唇小野马任牠哪儿去，

红胸公鸡的说教不绝迹。

公主我不会热衷养家禽。

单邦独马的说教不绝迹，

公主我不会留恋其伴侣，

日琼你愿上哪儿全由你！

当她讲了这些话后正想返回，受业弟子阿妈说："公主平平顺顺地呆着吧，像从前那样的快活。"她怏怏不快地回去后，父亲问："喇嘛呢？"她回答说："喇嘛他们俩人已经离开了娘果码头。"

父亲严厉呵斥道："我的喇嘛出走，根子全在女儿你的身上，我要让臣相们手中拥有的武器杀死你！"

一位老臣开言说："杀死姑娘当为不妥。以老朽之见，看明日哪位最先来到府上就嫁给他作罢"。众人一致点头称许。

拉江公主默默地作着祈祷：但愿能遇上一位年轻貌美、门第高贵、财产富庶的如意郎君，来到我的身旁！

后来，由于她以恶语伤人，违背喇嘛盟誓，恶有恶报，命运严酷无情。被嫁给祥氏门族的一位年方十八岁的麻风男子，名叫纳赖。家父发话，让他带走。这样，拉江公主就得去外地周游多年。

在雅砻，君王角德赞布修诵佛法，向众多有情众生布道修法。因祸得福，魔女拉江离家远嫁，得到解脱。

跋语祝颂

在娘囊卓浦，自从晋谒喇嘛至尊米拉日巴，得到送行护佑以来，从无儿无女的老夫妇俩人赠送绿松耳宝石，到日琼巴女弟子[①]们在乞食化缘的谷物上插彩箭[②]，对日琼巴产生了极大敬信，令人十分惊奇。

赞颂日琼巴与至尊米拉日巴谒见的吉祥祝词云：

向着恩师作祈祷，
我作传承有两宝。
不分亲疏愿吉祥，
祝愿吉祥更吉祥！
深奥秘诀之捷道，
切莫迷途愿吉祥，
祝愿吉祥更吉祥！
喇嘛译师玛尔巴，
要义深遂具吉祥，
祝愿吉祥更吉祥！
本尊喇嘛空行佛，
加持悉地具吉祥，
祝愿吉祥更吉祥！
云集喇嘛众高徒，
敬信誓约具吉祥，

① 女弟子：即有缘分的女徒弟，喇嘛的听讲者，非正式门徒。

② 彩箭：又译作五彩箭，指藏俗婚礼或祈寿、招福等喜庆活动中使用的一枝系有彩色哈达、彩色丝带或小镜、松耳石等物装饰的箭，以示吉祥。

祝愿吉祥更吉祥！
远近施主众乡亲，
顺缘积德具吉祥，
祝愿吉祥更吉祥！
一切宿业和行为，
彻底利他具吉祥，
祝愿吉祥更吉祥！
生死流转之鬼神，
奢望贪求具吉祥，
祝愿吉祥更吉祥！
天界人界垒环式①，
祝愿圆满具吉祥，
愿得吉祥更吉祥！

日琼巴复次奔赴前藏的经历至此记述完毕。

祝愿胜利！

《松赞干布传》中之古尔鲁片断

松赞干布古尔鲁：

观音神力接引我，
下转尘世到吐蕃，
主宰雪域的君主，
松赞干布就是我。

吞弥桑布扎古尔鲁：

大臣我吞弥桑布扎，
苦跋涉来到天竺国，
战酷暑潜心钻学问，
功成就载回累累果。

在边远雪域国度里，
通五明学识谁渊博？
唯有我吞弥桑布扎，
像明灯照亮吐蕃国。

君主像辉煌的日月，
群臣中有谁胜过我？
对雪域吐蕃的百姓，
吞弥我德大恩非薄。

文成公主古尔鲁：

叩禀尊贵的父王，
佛光不及藏疆，
种族下贱愚昧，

① 垒环式：即佛家资粮田观想法之一。观想主尊高居中央，诸神菩萨环坐围绕，其座次环环相套，中高外低，垒成半球体状，故名垒环式。

土地贫瘠荒凉。

若要嫁往那里，
请把释迦佛像，
弥勒禳灾法轮，
当父替身赐赏。

天成度母檀像，
作为母身赐赏，
还有宝钵仙丹，
一并赐儿携往。

库中金银财宝，
陪做女儿嫁妆。
尚请父王母后，
教儿处世良方。

尼泊尔赤尊公主古尔鲁：
谨祈父王母后保重，
只盼举国歌舞升平，
再叩金安同享天伦，
祈祷三宝保佑施恩。

文成公主古尔鲁：
政教昌隆齐天，
功德盖世的法王，
龙体可如金轮，
祥光普照各方？

尊贵墀尊王妃，
玉体可否安康？
聆听感人教诲，
今生今世难忘。

恭请从此往后，
凡事还授良方，
倘蒙不惜赐教，
定获教益无量。

坐床典礼古尔鲁：
天界慈悲为性，
神圣菩萨观音，
化作天授法王，
松赞干布国君。

藏历土牛年间，
年方十三岁整，
加冕登上宝座，
恰似金轮东升。

高高天界仙地，
梵天帝释诸神，
同举金樽玉杯，
齐把甘露恭奉。

深深下界龙宫，
八大龙王神灵，
五部水族同贺，
献上异宝奇珍。

茫茫人间四洲，
八方君臣百姓，
虔诚顶礼拥戴，
奉若下凡神明。

哎呀多么快乐，
啊哈多么欢欣，

扭转乾坤的君王，
他从苍穹驾临。

献上轮王七宝，
献上五祥征兆，
献上幢幡华盖，
胜利鼓乐齐鸣。

《智美更登国王传》中之古尔鲁片断

智美更登古尔鲁：

啊，生死轮回苦海无边，
苦海中熬煎灾难无穷尽，
却难舍梦幻般的身外物，
不由得悲悯尘世的生灵。

生死相连的三界苦啊，
怎样才能解脱得安宁。
贪欲如火腾烧的地狱，
何时能解利己的缚绳。

福德无量的智美更登我，
可叹也昏然滞留红尘。
父王苦心积攒的财富，
何不让我施舍给众生。

智美更登古尔鲁：

慈悲的上师本尊空行母，
圣明的乡神地祇护法主，
祈作见证快快显神灵，
为我指明一条渡河路。

倘若河水拦我赶路程，
就将违抗父命罪难负，
来世也难修成菩提果，
谨祈指明一条渡河路。

门德桑姆古尔鲁：

啊，举目眺望空旷的四野，
只一片荒凉不见人迹，
唯鸟兽作伴心自忧伤，
我倍受煎熬苦度时日。

未料想今遭如此厄运，
定前世罪孽今得报应，
定前世罪孽今得报应。

常斯洛珠古尔鲁：

芸芸众生灵的救主啊，
我的家在西玛香仲邦，
本国君主相墀赞普王，
身患重病驾崩已三年，
黎民百姓从此遭了殃。

我的名叫婆罗门洛哲，
难糊家口枉为一家长，
膝下围群儿女似饿鬼，
食不果腹白日绞饥肠，
衣不蔽体黑夜熬寒霜。

人都说您有副好心肠，
亲疏不分喜好济四方。
求您可怜穷乡婆罗门，

施舍衣食济我度时光，
六字真经我将永诵唱。

《若玛囊王子传》中之古尔鲁片断

若玛囊王子古尔鲁：

真美丽，
身材窈窕柳枝腰，
容貌俏比芙蓉仙，
嗓音甜美如蜂歌，
婉转悦耳多动听。

真可笑，
一见姑娘天仙貌，
少年销魂神分离，
目不转睛痴傻样，
好似一尊泥塑人。

真奇怪，
情窦初开妙龄女，
美妙青春多风韵，
世上倾慕蜂蝶恋，
勾去多少风流魂。

悉达古尔鲁：

多恐怖，
罗刹国度阴森境，
令我弱女心发抖，
如坠百座地狱里，
何日才能离虎口。

多悲伤，
只因前世积阴功，
得与王子配佳偶。
只怨一时口失言，
鸳鸯离散饮苦酒。

多惆怅，
不幸身遭妖魔惑，
厄运多端的斯达哟，
与其屈从伴妖魔，
不如舍身魂四游。

《达巴丹布法王传》中之古尔鲁片断

达巴丹布古尔鲁：

我是班嘎国王皇太子，
家住天竺东邦班嘎拉，
达巴丹布就是我名字，
今受父王之命赶路程。

南下十头罗刹楞伽地，
采撷珍奇草药“格夏那”，
以遂父王心愿事如意，
也为普天众生谋福益。

罗刹王古尔鲁：

远方贤德的圣士，
您从何方而来？

迢迢千里途中，

贵体可否康泰？

《降魔》中之古尔鲁片断

珠牡古尔鲁：

国王宝座和珠姆我，

今被岭国赛马作彩注，

终身伴侣角日啊，

为成就您的事业祈佛祖。

紧祈祷，

假如角日得胜利，

吉祥光辉必照岭。

一旦王冠他人夺，

岭国又要遭不幸。

岭格萨尔古尔鲁：

谨向那持明师顶礼，

此地为祈祷大山头，

我就是成事的格萨尔，

岭国的臣民静听候：

上巩曼神母虽授记，

好汉我心中另有谋。

若不修忿怒本尊法，

那鲁赞娇魔命难收。

若梅萨王妃不被劫，

就无缘缚住妖魔手。

如不施晁同献的计，

又怎么能把妖魔诱 。

总管王查根古尔鲁：

怎么办，

岭国王位谁继承？

须在赛马场上定。

总管绒察查根我，

喜在眉梢急在心。

总管王查根古尔鲁：

金灿灿的宝座上，

有位皓齿黑大将，

伏魔雄狮格萨尔，

云绕雾缠如战神，

普降甘霖润藏乡，

声名如雷震四方。

可感到快乐，勇士们？

可觉得幸福，岭国人？

岭国宏愿今实现，

欢聚一堂的人们啊，

吉祥的舞蹈尽情跳，

欢乐的歌儿纵情唱！

贡门王后古尔鲁：

南赡部洲好汉角日啊，

今登王位虽然堪庆典，

眼下决非高枕安居日，

切莫大意牢记我教言。

梅萨古尔鲁：

谗佞小臣无端传噩耗，

假如真有这等不测事，
只求与那狮王格萨尔，
来世相会西天净土地。

手捧国王珍贵的戒指，
是真是梦难断眼前事，
今生来世的护神格萨尔，
快快救我逃离妖魔地。

梅萨古尔鲁：

总说您鲁赞世无敌，
若真是这样得欣慰，
我情愿与你结伉俪。
但我在岭时角日他，
常偷袭四魔获利益。

长明灯螺箭和钥匙，
癞血斧头和矢箭，
都被他窃来甚得意，
倘若连贼都防不住，
夸举世无敌实无稽。

晁同古尔鲁：

无疑问，
威慑三界的宝座，
唯我晁同勘称王。
神圣菩萨有预言，
珠姆之主非我孰？

鲁赞古尔鲁：

谨祭祀，
敬祭八杈剑魔神，
此方为九峰铁围山，
三界的命主鲁赞我，
今接到晁同密信传：

角日他已登岭王座，
狂宣称岭国从今叛，
决不再交纳人马税，
我不禁失笑又惊叹。

已密遣夏乃、俄江俩，
到岭国去把虚实探，
看时日二人即将返，
众小徒速去迎回转！

《旋奴达美传》中之古尔鲁片断

意翁玛古尔鲁：

啊，可怜我飘落在这，
凄风苦雨的大漠荒野。
远别了一
辉煌雄伟的王宫，
恩重情深的双亲，
仁义忠厚的群臣，
耳鬓厮磨的挚友，
流落到这空旷的荒野。

意翁玛古尔鲁：

百层千瓣的青莲，
开在清澈的湖边，
采撷花蕊的玉蜂，

为何还不露面。

自从去年夏天，
在我姑娘心田，
播下爱情的种子，
光阴已去一年。

三百六十天啊，
天天盼见你面，
悠悠思念情丝，
日夜梦绕魂牵。

意翁玛古尔鲁：
父母恩德若是比作物，
天地当作容器也嫌小，
父母恩深举世无伦比，
令我享尽富贵和荣耀。

食有香甜奶酪珍馐肴，
衣有华贵裘皮锦缎袄，
歇有镶金嵌玉软锦榻，
行有骅骝大象和辇轿。

侍卫使女日夜围身边，
消愁解闷歌舞伴良宵，
倍受宠爱星月也可得，
父母恩情比海更深浩。

旋努达美古尔鲁：
斯贝坚的广袤密林中，
葱茏树木婆娑多诱人，
伊昂姑娘婀娜的倩影，
赛过天女风姿更迷人。

愿在我的真情密云中，
爱情誓盟的春雷一声鸣，
唤起美丽的伊昂金孔雀，
携我同歌共享鸾凤情。

莱觉玛古尔鲁：
北方密云深处，
春雷还未轰鸣，
翎毛俊美的孔雀，
为何张开了彩屏？

公主心中的花蕊，
千层瓣中深隐，
沁人心脾的芬芳，
透过花瓣袭人。

一位英俊少年，
像从天界降临，
骑着飞奔的骏马，
直向这方驰骋。

莱觉玛古尔鲁：
恭顶礼，
陛下座前恭顶礼，
雍努达美伊昂玛，
好似金阳沐莲花，
命运之神的白哈达，
喜把两心紧相连。

彭归古尔鲁：
不错，不错，真不错，
好一位贤臣有计谋，
尊贵君王的宫里头，

怎能没有个贤皇后。

国中有万千将和臣，
名门族中的后裔里，
有多少国色天香女，
群芳中何不选个后。

《朗萨雯蚌传》中之古尔鲁片断

朗萨古尔鲁：

若不听从恶鬼庄主言，
父母双亲就将遭横祸。

阿纳古尔鲁：

智华心愿已遂，
喜娶夫人襄萨，
小姑我也欢欣，
献此洁白哈达。

喜庆婚宴之上，
哭丧脸把泪洒，
不祥凶煞灾星，
飞来降落我家。

堆巴谐巴曲本资料选

《格萨尔王传·达色施财》中的引福祝颂词

唵嘛呢叭咪吽。
阿拉塔拉热，
塔拉鲁益兰鲁热，
祈求救星和喇嘛，
本尊、三宝诸神灵，
引向四续部之道。
天地全神请赐福，
解脱罪人出地狱，
引导众生上天堂，
永在天国享乐趣。
湛蓝天空宝帐里，
彩虹闪闪无量宫，
有尊人身鹏头神，
右手握持日光索，
左手持枪搅飞云，
百万天兵护左右，
小螺哥哥请来临。
今天请来助小弟，
邦我分发达色财，
请将财运赐我们。
上天虚空无量宫，
彩云翻滚宝帐里，
有尊人身虎头神，
右手不放持"楚钦"，
左手握枪搅飞云，
万千山神护左右，
火花战神请来临，
今天请来帮助我，
帮我分发达色财，
请将财运赐我们。
大海摩尼宝贝城，
百万龙兵请来临，
请龙兄弟沃丹来，
今天请来帮助我，
帮我分发达色财，
请将财运赐我们，
西方极乐世界里，
双莲孔雀宝垫上，
至尊法师无量光(佛)，
独面双手平放置，
常以慈心护众生，
千尊佛众随左右，
今天请来帮助我，
帮我分发达色财，
请将财运赐我们。
荷花灌顶无量宫，

无碍荷花宝座上，
受福护法无量寿(佛)，
尊容红润手平放，
长寿宝瓶立掌中，
寿神五佛护左右，
长寿圣丹赐我们，
今天请来帮助我，
帮我分发达色财，
请将财福赐我们。
桑朵百日山顶峰，
荷花放光无量宫，
莲花生佛多慈祥，
长发顶髻盖脊梁，
右手金刚举胸前，
左手平持劫波罗，
珍珠宝贝佩身上，
持明仙女护左右，
今天请来帮助我，
帮我分发达色财，
请将财福赐我们。
普陀山的仙境里，
大慈大悲受用身，
千手千眼十一面，
水晶璎珞右手擎，
鲜艳宝莲左手持，
十地菩萨前后拥，
今天请来帮助我，
帮我分发达色财，
请将财福赐我们。
上界神仙宫殿里，
帝积白梵天王尊，
玉皇大帝八非天，
百万天兵护左右，
今天请来帮助我，
帮我分发达色财，
请将财福赐我们。
中界山神大地上，
人间弟兄九代神，
藏地古腊十三尊，
藏日班贡众神兵，
今天请来帮助我，
帮我分发达色财，
请将财福赐我们。
财福不可落它地，
分财本是我旨意，
财宝福运速来临。
袋里财福堆成堆，
家里财福耀眼明，
箱里财福涌成团，
将达色财福赐高原。
像太阳一样光闪闪，
像月亮一般亮晶晶，
像星星一样密麻麻，
宝贝财福全汇集，
保佑福运无竭期。
分财本是我旨意，
莫让财福落它地，
财宝福运速来临。
财宝福运这么多，
达瓦松果招马福，
藏拉财神招牛福，
岗瓦桑波绵羊福，
如意宝钩生意福，
噶瓦牙其金银福，
粮福就像鹏鸟蛋，
黑白财神招财福，

佳肴美味口享福，
今天福运聚此地，
财福聚集如雨降，
福运享用无尽期。
分财本是我旨意，
莫让财福落它地，
财宝福运速来临。
财宝福运大院里，
有达色王的财宝福，
有百波王的绵羊福，
有蒙古王的骏马福，
有阿扎王的玛瑙福，
有奇乳王的珊瑚福，
有祝孤王的兵器福，
有米怒王的绸缎福，
有印度王的佛法福，
有汉地王的茶叶福。
今天福运集这里，
请将财福赐给我，
福运享用无尽期。
分财本是我旨意，
莫让财福落它地。
乌金莲花生大师，
藏地护法十二尊，
北方多闻天王神，
财神阿亚藏巴拉，
财源仙女诺君玛，
马神帕巴任敏达，
羊神诺布桑布等，
各路财神集此地，
今天请来帮助我，
帮我分发达色财，
请将财福赐给我，
福运享用无尽期。
分财本是我旨意，
莫让财福落它地，
财宝福运速来临。
赡布洲的中心地，
有尊玛卿绷热神(山)，
周围山神三百六，
青藏康的护法您，
如意珍宝放胸口，
各种财宝如潮汛，
绷热宝藏得繁荣。
玛卿是奶牛养育地，
玛卿是牦牛的命根子，
玛卿是骏马繁殖地，
玛卿是英雄的战魂，
今天请来帮助我，
帮我分发达色财，
请将财福赐给我，
福运享用无尽期。
分财本是我旨意，
财福不可落它地。
学者成就靠佛运，
今天此地请福运，
保佑福运常受用，
分财遵照格萨尔令，
莫让财福落它地。
高高在上的发福运，
今天此地请福运；
英勇善战英雄福，
今天此地请福运；
美味佳肴饮食福，
今天此地请福运；
善跑善走骏马福，

今天此地请福运；
奶如春雨奶牛福，
今天此地请福运；
三更善吠家犬福，
今天此地请福运；
吉祥八物贷物福，
今天此地请福运；
吉祥八图器皿福，
今天此地请福运；
满宝库房财物福，
今天此地请福运；
这些福运赐给我。
高原珍宝如雨倾，
藏地将会得繁荣，
命运福气步步升。
吉祥财宝守护者，
持国天王在东方，
看守东方财宝门；
增长天王在南方，
看守南方财宝门；
广目天王在西方，
看守西方财宝门；
多闻天王在北方，
看守北方财宝门。
轮园坛城八吉祥，
珍珠财宝堆如山，
愿这财宝永稳固，
如同大山不动移。
愿财宝枝繁叶又茂，
愿财宝永远不绝迹，
三宝教诲的真言，
慈悲菩萨的加持，
便这财富不衰竭，
犹如大海四处盈。
永远造福于人类，
这次赡部洲分财宝，
祝愿人人得满足。

（李朝群译）

婚礼赞词

一、引　子

吉祥如意幸福圆满，
哈达又轻又薄又软，
献给心诚意正的人们，
愿身体像金刚一样康健！

二、瓷　杯　赞

右手端的瓷杯多么漂亮，
产自遥远的汉族地方。
感谢商人奴布桑竹，
跋千山涉万水运来西藏。
这是一个有福气的瓷杯，
吃茶喝酒都能如愿以偿。
杯外面有八大吉祥图，
杯里面有八大美丽画像。
杯柄上有王室七珍宝，
这瓷杯名声传四方。
瓷杯里的甘露美酒，
是最可口的佳酿。

里面有印度的白砂糖，
里面有中原的红蔗糖，
里面有波密的葡萄酒，
里面有锡金的米酒浆，
里面有西藏的青稞酒，
汇成美酒的大海洋。
这杯香甜无比的美酒，
请神子新郎一饮而光。

三、新　郎　赞

中原哈达远近闻名，
阿西哈达最为著称。
外面有八大吉祥图，
里面有花纹精致的宝瓶。
手捧哈达悬半空，
白色光芒耀眼明。
手捧哈达地上走，
白色宝贝亮晶晶。
这条洁净的中原阿西
（指上品哈达），
献给万事如意的新郎手中。

四、新　娘　赞

美德俱全的姑娘，
像翠柏一样的姑娘。
性情和善不骄不躁，
就像大自在天的公主一样。
献给你这条洁净的哈达，
愿你财富、人口、运气三兴旺。

五、阿　爸　赞

阿爸像庄严坚固的大山，
把智慧俊俏的神子降生人间。
献上这条吉祥的哈达，
愿神子生活幸福圆满。

六、阿　妈　赞

阿妈像无际的碧玉海洋，
生下这玉海一般的儿郎。
献上这条吉祥的哈达，
愿神子生活像辽阔的海洋。

七、媒　人　赞

大河两岸一桥相通，
藏汉团结翻译有功。
吃饭助手是小汤匙，
为人帮忙永传美名。
汉话译给藏族兄弟，
藏语译给汉族弟兄。
功勋比齐天大山高，
口才胜过太阳光明。
感谢你的厚恩深德，
特将吉祥哈达献赠。

八、大　柱　赞

一条哈达挂在柱顶，
十三部件特别鲜明。
第一宝石做为柱座，
第二大柱高高直挺，
第三圆珠又大又圆，
第四方木宛似小升，
第五长拱伸出长臂，
第六短拱更加巧精，
第七拱盖如同小帽，
第八横梁架悬半空，

第九中梁紧贴横梁，
第十梁盖立于柱顶，
十一画板格外美观，
十二莲花开得正红，
十三薄木如鸟展翅，
装饰新房令人高兴。
新郎如同高大金柱，
永远坚固绝不变更。
新娘如同粗壮玉梁，
没有裂缝绝不变形。
柱坚梁固人财兴旺，
过去现在福运亨通。
柱上哈达光芒四射，
满堂欢乐喜气盈盈。

九、酒　坛　赞

这个光华美丽酒坛，
五朵糌粑分置坛沿，
外看像顶五角彩帽，
内看溶化酥油一般。
酒棍从右搅动三次，
酒沫团团向右旋转，
年轻力壮漂亮小伙，
双手捧来美酒敬献。
酒棍从左搅动三次，
酒沫团团向左旋转，
心灵手巧年轻姑娘，
轻挪悄步来把酒献。
酒坛是个常胜酒坛，
古往今来总是酒满；
献上这条洁净哈达，
酒坛显得更是壮观。

十、旗　杆　赞

杆顶经旗漫卷东风，
保护全家老少安宁。
山南戎地盛产良木，
一根树杆五支冠顶。
下部可做搅酒小棍，
中部可做长长箭柄，
上部最好悬挂经旗，
举目张望高高天空。
格格骚骚（指笑声）多么欢乐，
佛法宏扬人世太平。

十一、桌　子　赞

四腿小桌方方正正，
小斗一个安放桌上。
这个小斗非常可爱，
多谢木匠手艺高强。
外面四角一样好看，
里面四角同样漂亮。
外面四角威力很大，
四方敌人全都伏降。
里面四角办法很多，
四方粮食全往里装。
量出粮食只有百斗，
进来粮食十倍增长。
白色青稞装满仓库，
青稞来自中原地方。
这个令人喜爱小斗，
文成公主带来西藏。
上面放有藏北盐巴，
象征工作十分繁忙。
上面放有一支利箭，

听我仔细说个端详：
箭杆是那圣山竹子，
箭头就是天上纯钢，
箭翎是那雄鹰长羽，
箭柄就是碧玉闪光，
箭盒是那五彩花绸，
五种箭饰都很漂亮。
再谈五方人财齐全，
右边是那阿爸阿妈，
左边是那儿子姑娘，
后边是那众多助手，
前边是那财宝满场，
上边是那仙人佛子，
万事如意幸福吉祥。

十二、羊 肉 赞

莫说羊肉要说立家，
立家大事最为重要；
莫说羊腿要说丰满，
仓库丰满最为重要；
莫说臀部要说齐全，
人财齐全最为重要；
莫说腋窝要说进来，
一切进来最为重要；
莫说肋骨要说堆砌，
茶叶堆砌最为重要；
莫说双手要说优秀，
一切优秀最为重要；
莫说脖颈要说威风，
对敌威风最为重要。
肥羊山右痛饮泉水，
肥羊山左喜吃青草，
羊在草坪愉快睡觉，
羊在栏圈抵角嘻闹。
今天羊肉放在面前，
吉祥如意一齐欢笑。

《格萨尔王传·察瓦箭宗》之马赞

折琼弓阿大道边，
第一队的最前边，
那青马飞奔赛杜鹃，
“欧珠丹”马个个称赞。
青人如同龙发怒，
那是噶伦丹玛桑珠。
一千将士青灰旗，
察相丹玛的父子兵。
后面跟那匹黄骠马，
上骑金黄一勇士，
尼绷大将似铁锤，
骏马快如金鸟飞，
“昂巴色贡”是马名字，
后面一千黄灰旗，
上岭色巴的众兵士。
后面跟那个白勇士，
白净面皮那个人，
金玉耳环亮晶晶，
巴腊·米江尕波是他名。
慢慢腾腾那白马，
东日达尕是骏马名，
后面一千白灰旗，
是贡日部落众英雄，
后面跟的那黑雄士，

是个有名的大力士，
阿努司潘是他名氏。
那匹迅跑的黑山马，
“波若东强”是骏马名。
后面跑的那白骑士，
海螺白脸光闪闪，
用脚敲马往前奔，
那是英雄年察阿丹，
跨下一匹能征马，
“岗日江泽”是马名。
后面跟那个褐勇士，
会念密咒要伎俩，
投掷“索喀”制敌人，
阿库晁同世无双，
“古古绕宗”是魔障。
后面那千名红盔旗，
达绒长官的人众将士。
随后跟的那黑勇士，
毛发蓬松无头盔。
黑色大氅无甲胄，
力大能将大山移。
驱神役鬼有神通，
曲窘白纳是他名。
胯下一匹追风马，
“龙纳杰决”是马名。
后面一千黑盔旗，
尕珠部落的父子兵。
后面跟的那杰骑士，
运筹帷握兵法精。

克敌制胜的智多星，
绒察查跟是他名。
胯下一匹枣红马，
“夏江折果”是马名。
后面跟的那紫勇士，
手持“吐雾毒蛇”矛，
横冲直撞踏敌营，
达潘狠毒鬼神惊。
坐下那匹垂头马，
“持力皂雕”是马名。
后面一千白灰旗，
琼居木巴天神兵。
后面跟的红骑士，
红光满面血染成。
冲向敌人如厉鬼，
“才热泽规”是它名。
坐下那匹昂头马，
汉地骏马“风翅红”。
红盔旗千名紧跟随，
真居·翁布众布丁。
四营兵马的后卫，
那年轻英雄白面容。
绷巴·贾察有威名，
坐骑名曰“白肩风”。
羌塘草原将它生，
这样马一匹就算行。
做娘的要是生孩子，
这样孩一个就算行。
……

（李朝群、顿　珠译）

《格萨尔王传·察瓦箭宗》之箭赞

……丹玛迅速地甩开了那个魔将，拉开距离之后，迅速抽出“食肉白翎”神箭，搭在弦上，唱了这支激励箭支的短歌：

唵嘛呢叭咪吽。
阿拉塔拉塔拉热，
塔拉鲁益兰鲁热。
若不识这是啥地方，
海螺威城城门外；
若不识我是哪一个，
岭国大将丹玛江查。
听着嚓将小魔崽，
今天你我咱们俩，
虽然已经比了剑，
谁也不能将谁杀。
箭矛宝箭三武器，
若不会它的使用法，
佩挂在身上做什么？
三节竹造就细颈箭，
锋利镰刀砍你时，
觉得疼没有箭细颈？
皂雕翎毛贴在身，
轻松些没有箭细颈？
锐利铁镞装上时，
威风些没有箭细颈？
尾梢涂上红朱砂，
漂亮些没有箭细颈？
当你插在箭袋时，
暖和些没有箭细颈？
当你搭在弦上时，
想飞翔没有箭细颈？
箭细颈你往哪里走？
想高些直奔敌额头，
舐吮鲜血脑髓流。
想低些飞向敌胸口，
敌人心血饮个够。
我若射出的箭不准，
怎能称得上神箭手？
该射的距离箭不到，
臂膀拇指力不够。
欲射之的若不中，
算我这射手是盲人。
你这“食肉白翎”箭，
为您喜欢吃大肉，
快飞向敌人把肉吞，
为满足您喝鲜血，
速去将敌人心血饮。
护佑善业的天地神，
神通广大的‘畏玛’神，
岭尕佛地护法神，
为我箭支把道引，
速去追索敌鬼魂。

（李朝群、顿　珠译）

《格萨尔王传·察瓦箭宗》之吾朵赞

我这长纹的花吾朵，
将它的来历说一说：
右边四绫长花绳，
好像玉龙腾空跃，
左边挥圆长花绳，
犹如银蛇飞下坡，
“吾体”圆眼绕四圈，
犹如河海起旋涡，
“吾龙”花纹大口囊，
好像鲨鱼脱鼻梁，
鞭穗赛过玉龙鬃，
好似彩虹挂天空，
柔软的鞭梢扁又白，
好像哈达飘长空，
凌空旋转的呼啸声，
犹如盛夏炸雷鸣，
石头抛出中目标，
像天铁坠落地流平。
这八大神功花吾朵，
白方山岗虹光闪，
善方神灵爱又喜；
黑暗角落吐火舌，
黑方魔鬼全烧毁。
佩在身上战神护，
掖在腰间显威风。
战场上能克敌制胜，
当强盗能夺财害命，
放家里能招财进宝，
做生意能买卖兴隆。
这白的是用羊毛做，
像千头绵羊如云朵，
这黑的是牛毛做，
像百头牦牛放山坡。
外表神气的花吾朵，
粉碎人间众妖魔，
内有灵感的花吾朵，
追索魂灵逃不脱，
吾龙扣在手指上，
好比是……
你灵魂在我手中握。
鞭鞘压在拇指下，
标志着……
我要打哪往哪儿落。
石头放在“吾体”里，
标志着……
威风凛凛镇万恶。
“吾”右阳方办法多，
“吾”左阴方有灵感，
办法灵感聚吾体，
神奇的灵石放上边，
借助善业慈悲力，
甩石响声伴作曲，
命中囊拉你胸口，
哪有比这更安逸的？
莫要埋怨我觉如，
我本是三位一体佛。
只有靠我才幸福，
你要有强烈的决心，
前往极乐世界去。

（李朝群、顿　珠译）

刀　　赞

来到铁匠的造场，
只见那木炭堆得像高山，
羊皮的大风箱“滴日日”
　的如龙吼。
羊皮的小风袋“呜呜呜”
　的赛过牦牛叫得欢，
大锤恰似雷电击，
小锤好像细雨落一般，
大钳有如鸟疾飞，
小钳宛似游鱼水中翻，
……
宝刀抽出一指来，
无锋无钢一指宽，
宝刀抽出二指许，
有锋无钢也等闲，
宝刀抽出正三指，
有钢有锋光耀眼，
宝刀全部抽出了鞘，
恰赛猛虎出了山，
高高举在天空中，
天空通红烈火燃，
举日细看宝刀时，
光辉耀眼虎纹闪，
平举宝刀面前横，
涛涛碧河流胸前，
……

五　指　赞

我知道五个指头的诵词，
不是诵词是赞歌，
五指中的大拇指，
洁白的象牙板指戴指上，
飞快的利箭射往远处，
有力的硬弓拉得弦张；
五指里的第二指，
穿针引线本领强，
绸缎裁剪做衣裳；
五指里的当中拇指，
戴起的指环金色黄，
指环的松石嵌儿放绿光；
五指中的无名指，
向三宝献供弹往上苍，
向贫苦人施舍很大方；
五指中的小拇指，
播扬豆麦时它最忙，
年轻人拉起小指歌舞欢唱。

百曲本资料选

征战歌

这钢铁的盔甲像英雄的堡垒，
用不着向任何人请求为我们保护，
我们大家要放心去战斗，
彻底消灭所有的仇敌。

这背上的彩带像制敌的靠山，
端直的神箭就像晴天霹雳，
我们大家要放心去战斗，
彻底消灭所有的仇敌。

这银色的头盔像阳光照射的雪山，
洁白的盔旗像英雄的战神，
我们大家要放心去战斗，
彻底消灭所有的仇敌。

这圆圆的盾牌像金钢岩石山，
用不着向任何人请求为我们保护，
我们大家要放心去战斗，
彻底消灭所有的仇敌。

这钢盔的衬帽像多色的彩虹，
金色的圆珠像歼敌的法宝，
我们大家要放心去战斗，
彻底消灭所有的仇敌。

这铁青的骏马像腾飞的青龙，
用不着向任何人请求为我们保护，
我们大家要放心去战斗，
英勇顽强地消灭所有的敌人。

（引自边多《简论“百谐”——古代藏族士兵的征战歌）

征战歌中“甲江”的对唱词

“空本”唱：我们的战神是什么神？
众　唱：是那无敌不胜的战胜之王哟。
“空本”唱：要烧什么香柴烟？
众　唱：要烧这神香柏树之烟哟。
“空本”唱：要献什么彩绸呀？
众　唱：要献这五色虹绸哟。
“空本”唱：带来了什么神饮酒？

众　　唱：白色青稞的陈酒哟。

齐　　唱：烧起神香柏树烟，

斟满神饮的陈酒哟，

捧起五色的彩虹绸，

献给我们无敌不胜的战神之王。

引我们去消灭仇敌时，

神王战助我们当后盾。

宝剑插到“切马”中，

挥剑“切马”空中洒，

高呼叽叽唆唆唆！

求神给我们好运气，

胜利归来再唱“百”哟。

（引自边多《简论“百谐”——古代藏族士兵的征战歌》）

喇嘛玛尼曲本资料选

松赞干布迎娶文成公主和尼泊尔公主记

神的化身松赞干布于已丑年生于"论"(乌如所在的黑竹加玛明久村),其父朗日论赞,其母智木萨堆嘎。松赞干布自出世便天生头上有一无量光佛。于是,其父用绸带包其头上佛像,后便成松赞干布之套头带。

松赞干布十三岁时,登上吐蕃王之宝座。统治吐蕃天下之后,神的化身松赞干布迁往拉萨红山之白宫,他见雪域之众生只具"独觉"与"声闻"之程度,决心把雪域众生引导到"断证"和"觉悟"的崇高境界。为了达此目的,松赞干布首先向白诲松观世音佛像祈祷。观世音佛开口道:"欲达此目的,汝需先造一尊本佛之塑像。"是时,松赞干布唯命是从,先筹备各种塑像所需之物。一找白诲松,再找尼连禅河滩之细沙,三找南大海滩之莠草,四找塑像之粘泥。各物寻找齐备之后,即将动工塑造佛尊之日,岂料是日清晨,旦刻之间,观世音佛之尊像已现在眼前。松赞干布赶忙跪下祈祷曰:"如若佛能成为我之智慧勇识,那该有多好啊!"说话间,佛尊脚下顷刻闪出红光一道,光射入藏王体内。

松赞干布十六岁时,幻梦之中,只觉应娶妻成家。于是,又向观世音佛祈祷。祈祷未毕,只见观世音身上发出两道光来,其中一道直射尼婆罗方向,另一道光直往汉地闪射。

是时,松赞干布赶忙顺光寻踪。往尼婆罗方向望去,只见尼婆罗国王威色可切之女儿赤尊公主,是十六妙龄少女,具有随意变化之美好相貌,乃颦眉度母之化身,充满智慧和福宝之女郎。

藏王松赞干布又随另一道光束往汉地方向了望。只见唐太宗皇帝之女文成公主,亦十六岁,又具随意变相之美貌,乃救度母之化身,充满智慧、明析教理、富贵荣华。

松赞干布梦觉次日,他身披缎子缎风,头顶无量光佛,外包绸带,成为头套;右手执白诲松观世音象征之六字宝轮,轮上镶有各种宝玉装饰;左手拿着一百零八个珠子的水晶捻珠,口诵六字大明,说道:

唵嘛呢叭咪吽。

皈依神圣仁慈之佛,

佛像是菩萨观世音，

佛经是自在文殊菩萨，

佛塔是威武金刚手菩萨，

这佛像、佛经、佛塔向三佛致意。

松赞逐把内臣禄东赞及吞弥桑布扎等叫了出来，把昨晚所梦经过告诉诸大臣，说道：

我亲密的众大臣请听，

我在梦中，得到圣人的指点，

汉、尼两公主是度母的化身。

若能请入吐蕃，作为我的妻子，

那吐蕃天下一定能永得幸福安宁，

你们诸位大臣去商量如何去迎娶。

此时，禄东赞、吞弥桑布扎等七大臣，带领所有在朝大臣，每人带上自己之食肉，往“卧错”（湖）旁柳树下聚集商议。是时，每个人之食肉凑齐，恰好凑成一头完好牲口。此乃议事之吉祥征兆。禄东赞见到如此吉兆，高兴地说道：

前来聚会议事众大臣，

请听不才禄东赞一言：

我王梦中得圣旨，

白、绿度母之化身，

乃是汉、尼两王之娇女，

能否请来为主母？

众位献策献计出主意。

经在座众大臣商议之后，一致认为，如此贤明美貌之公主，恰好为我王之妻，各人自无异议，竭力拥护，欣喜而散。

吐蕃赞普对众大臣吩咐道：“在八月八日鬼星显现之早晨，旭日初升，阳光照山头之时，大臣禄东赞率一百骑士，带上金币一百枚、镶着宝石之金子铠甲一领，怀揣指令三卷，口诵颦眉度母，往西方尼婆罗国境去迎请公主。如若尼婆罗国不愿嫁女于我吐蕃，发出种种刁难，你等可把我之指令一道道展示，自有回答之妙计。”说完，命禄东赞率婚使前往尼婆罗。

吐蕃使臣很快抵达西方尼婆罗国，拜见了尼婆罗国王威色可切，吐蕃使臣献上吉祥的哈达和金子铠甲等彩礼，禄东赞说道：

西方尼婆罗的国王啊，

请听使臣禀缘由。

吉祥的哈达做引子，

再献上贵重的铠甲。

求殿下将娇公主，

下嫁我吐蕃赞普。

尼婆罗国王冷笑不语，闭目沉思，片刻，开口说道：

来自吐蕃的使臣们，

听我威色可切说一言，

你们吐蕃是偏僻苦寒之地，

国中并无十善法规，

人民蛮横不懂佛教，

赤尊公主是我心爱的女儿，

她无论如何不可能前往你们那里。

尼婆罗国王又说道："如若你们吐蕃能行使十善法规，寡人愿将娇女赤尊嫁给你吐蕃国王。你们速速回归雪域，问问是否能奉行十善之法。"

于是，禄东赞想起松赞干布之指令，马上向威色可切说道："我这里有赞普文书三卷，请阅。"

说完，禄东赞便拿出松赞干布用尼婆罗文写成的第一卷指令，呈交尼婆罗国王。威色可切观之，只见文书中写道："我一日之内，能变成五千化身，订出十善法规。此举，你觉得神奇吗？"国王看毕，低头忖思：这是真是假？此刻难以辨明。说道："吐蕃的赞普啊，你虽然有美好的诺言，怎奈你们的地方如此偏僻，连佛堂都没一个。如果你们吐蕃能建造寺庙、佛像。有佛经、佛塔，那我愿把娇女赤尊嫁你驾前。"

国王又对吐蕃使臣说："你们能否建造寺庙、佛像、佛经、佛塔？请速速回去问个明白，再来见我。"

禄东赞又拿出用金水写成的松赞干布指令，呈交于尼婆罗国王手里。国王阅之。其中写道："我能在一日之内，变化为五千化身，建造成一百零八个寺庙，并将所有寺门，朝你尼婆罗国而开，你觉得奇怪不奇怪？"

尼婆罗国王观后，心想：如能行此法，真了不起，那我之法力，远比不上他。如其法力真的高强，我不嫁女于他，惹他生气，他施法带兵，打我城池，抢我女儿，那不是更为之不妙吗？如此看来，赤尊女非嫁与他不可 。为了看看吐蕃使臣可信与否，寡人不妨再诘问那吐蕃使臣。他问道："我有五妙欲的财富，你们吐蕃穷得可怜；如果你们吐蕃能与我比欲乐的财富，我便愿意将自己的女儿嫁给你们的赞普。"

禄东赞又拿出第三卷指令，交给尼婆罗国王，卷中写道："我变成五千化身，使我吐蕃具有五妙欲富足资财，胜似天堂，并能打开四门，将你拥有之财宝，统统摄取于我之门前，为我所有，难道你不感到惊奇之极吗？"

此时，尼婆罗国王倍感心惊，暗暗想道："吐蕃雪域偏僻之王，每逢我要诘问之事，他都有先见之明，如此法力高强，非同小可。看来，还是把女儿嫁与他为妙。于是，威色可切便把赤尊公主召至御前，对公主说道："我心爱的女儿啊，吐蕃王是神化身，法力高强，你应该听我说，到吐蕃去，做赞普的妻子为好。"

赤尊公主听毕，双膝跪下，拜倒在国王脚下，说道：

尊贵的父王听我言，

雪域人野地严寒，

远离父兄奴心酸，

求父王慈悲不遣我。

国王回答道：

爱女如不赴吐蕃，

神之化身吐蕃王，

定会起兵犯我境，

抢走女儿骨肉散。

赤尊公主心中闷闷不乐，极不愿往，为留国王身边，又再三请求。公主说道：

父王大人再听女儿言，

吐蕃种姓低劣又无教诲；

请父王赐我释迦牟尼佛尊像，

还有诸宝器物为嫁妆。

国王说道："我有本尊释迦牟尼佛像，是天王帝亲监造，是用各种法宝做成，由毗首羯摩天(天上一神)亲手塑造的。我佛释迦牟尼佛尊像造成之后，由佛亲自开光赐福，我儿每对佛像祭祀，犹如跪拜供奉释佛之前；另给满愿观音佛像一尊、弥勒转法轮像一个、白诲松救度母像一尊，四尊佛像赐于你；再从七个国库中，取来众多宝物，作为你的嫁妆，谆谆教诲我女儿，此去接人待物要通情达理，切莫忘记父王教导。"国王说道：

愿娇女到了吐蕃后，

纯净妇德对佛要虔诚；

上尊藏王下爱臣民，

遵守礼仪廉耻处处贤明。

尼婆罗国王说完，将四佛像及各种宝贵之物，命人用七匹骆驼运载。随行派了各种工匠、艺师若干人，男女仆役许多人，并命大臣及军队，专为赤尊公主送行。

赤尊公主本意不愿远离家乡，怎奈父母之命，只得依依舍别。赤尊把释迦牟尼佛尊像放在一骆驼之上，自己骑上一匹白骡子，手持白诲松救度母，各种宝物驮在骆驼背上，徐徐向东方的椰林进发。

到了椰树林边缘，吐蕃骑士们早已在此迎接。一行人从尼婆罗与吐蕃边界叫及库地方往吉隆时候，因山道狭窄，峡谷极深，悬崖陡壁，骆驼无法前行。于是，赤尊所带佛像，忽然之间，便开始自行走动，公主所携嫁妆财宝，由吐蕃士兵背走，公主仍骑于骡子之上。

过了吉隆峡谷，吐蕃配备五百匹马，把公主陪嫁之财物驮走。满愿观音佛像留在吉隆。赤尊公主及一行马队，一直往前赶路，直指拉萨。松赞干布亲自出迎赤尊公主，举行隆重欢迎仪式。赤尊公主用三只珍贵小碗，装上尼婆罗特产佳饮。这佳饮乃有树汁、葡萄酒、米酒等各种味美可口之饮食，敬献给吐蕃王松赞干布。接着，作为见面礼，赤尊公主又双手俸上曼扎，恭恭敬敬地献给赞普。此时，在场众生，菩提勇识者，多陀阿加陀三界之人，各有各的看法想法。

自欢迎之日起，松赞干布赞普便一直静坐在本尊之前修身。赤尊公主见状，心里暗自思量：如此美貌英俊之国王，为何总不出宫室半步？奴想问个究竟，奈何赞普不懂尼婆罗语，我又不懂吐蕃语。奴猜想，赞普大概怕外番侵袭，故半步不出宫门。果真如此的话，奴家得想个办法。于是，赤尊公主命人把红山围上高大的城墙；四面修了四座城堡，城墙甚厚，堡外有九层碉堡；城墙上有路可走，各段墙上有门，门框用银子制成，门上悬挂铃铛，（一遇敌情，拉动即响）装饰起来，绮丽美妙，胜似仙山之景。城墙之内，修建了九层共九百九十九个宫室，加上红山顶上原有白室，恰好一千间房，雄伟壮观，胜若罗刹楞伽山。要说城墙坚固安全，假如四面受敌袭击，只要于山顶上有一夫观察，各堡有一人迎敌，即能对付来犯者。另外，于南面坝子上，又修建九层王后之宫室，两宫之间，搭上银子铺成之吊桥。如此雄伟壮丽之红山宫堡建筑，乃赤尊公主运筹设计。

一日，大臣禄东赞到赞普跟前，禀报说："臣想求唐室的公主作为你的王后，怎么样？"松赞干布马上允纳，兴冲冲地给禄东赞金币七枚，说："此物作为朝见皇帝之礼。"赞普又拿出嵌红宝石的宝甲一领，说："这是作为向公主求婚的彩礼。"赞普又说："到那时，唐朝皇帝将会发出各种不同诘问，我这里有文书三卷，你可逐一奉献给皇帝，疑问自然得解。"说完，命人给大臣禄东赞及众使者备骆驼、骡马等大批牲口，驮运路上所需物品。赞普吩咐完毕，禄东赞及众随行使臣，各自回家准备启程。出发前，藏王再三叮嘱，要禄东赞等人，不分昼夜，跋山涉水，不辞艰险，直奔唐都。如遇危险，请求至尊救度母保佑，自然顺利抵达。

大臣禄东赞受命，携带松赞干布所赐彩礼，与随行人等，共百骑，于丙申年四月八日，鬼星日，启程赴唐。一路上，禄东赞等饱尝风霜雨雪，翻越千山万水，驱赶豺狼虎豹，自不必细表。不一日，一行人来到长安，进入吉祥门，去至御殿之外。

吐蕃使者，见到唐朝都城，人来人往，车水马龙；通衢大道，四通八达；京城老少，不下十万之口；从一城门至另一门，行程须一日才能到达。从那僻壤来的吐蕃大臣，看到这样的繁华景象，无不惊讶赞叹。

当禄东赞等人赴长安为藏王请婚时，唐朝四邻各国番王，也纷纷派遣使臣，前来求婚。

"公主该许嫁于谁?"唐朝内外,宫室上下,议论纷纷。太子认为,巴达霍尔·格萨尔君王,是世上武艺高强之王,公主许嫁于他,属凤凰相配。太子派人把自己的想法禀报皇帝。

皇后认为,唐朝是国富民强之邦,皇帝拥有百万金银之富,吐蕃财力上怎么能相比拟呢?一国之王,缺乏钱财,于乞丐何异?达食财国之王,是当今世上巨富的君王,若逢饥馑之年,也无后顾之忧。故皇后确认,公主配于达食财国之王,乃旗鼓相当,皇后派人献策于天子。

公主自有主见。她认为:人的一生,随夫婿度日者过半,富贵荣华之类,乃下策矣。听说冲格萨尔王,乃英俊之王,婢如与王结成伴侣,以慰平生之愿。公主也派遣宫女,禀报皇帝。

唐太宗又有主张,天竺乃兴佛法的神圣地域,施恩德于众生,寡人认为,公主应该配天竺国王,才算琴瑟和鸣。故帝令人把自己意思转告天竺。

一月之后,各国使节,纷纷踏至长安。天竺、冲格萨尔、达食财、巴达霍尔诸国,均遣使百骑,直奔长安。此时此地,加上吐蕃使臣百骑,五百使者,汇集唐都长安。天竺使者,宿于京城东门;冲格萨尔使臣,住在南门;达食财国使节,下榻西门;巴达霍尔使臣,安歇北门;吐蕃禄东赞等人,暂宿于东门与北门之间。

一日,各国使臣,都带上厚礼,分别朝拜皇帝,皇帝都接见了他们。只有吐蕃使臣禄东赞求见,等了七天,仍无音讯,心情很不痛快。

又一日,太宗皇帝带上文武百官,起驾出宫巡行。半道上,禄东赞大胆拦驾,上前行过大礼,旋即献上所带金币七枚,又捧出嵌红色宝石之金甲,启口禀告:"圣明的皇上陛下,外臣所献的宝甲,有绝奇神妙之功能。人畜如得疾病,身披此甲,绕城一周,即能除病为安;土地如遇冰霜之灾,身披此甲,绕阡陌一圈,即可制冰霜,消灾害;如遇两国兵武相见,身穿此甲,当能凯旋。总之,此甲乃世间独一无二的无价之宝。我赞普以此作为公主的聘礼,拜请圣上将贤淑之公主许配我吐蕃赞普。"

太宗皇帝睁眼直观禄东赞,皇帝周围随臣,也对禄东赞无稽之谈报以讥笑。

太宗皇帝大声呵叱:"真乃岂有此理!朕之中原,自周王至今,延续承嗣正宗的后裔,你吐蕃赞普,论财论势,何敢与我相比匹!你等使臣,速速回归吐蕃,复问你王赞普,能否订立十善之国法,若能,公主可许配给赞普;如果不能,则休痴心妄想!"

禄东赞胸有成竹地回答道:"为传达圣上的一句话,往返跋涉遥远唐蕃之间,耽误我们按时迎请公主回归,这是臣所以不能从命的。陛下所提诘问,臣早已携带赞普准备好了的文书在身边,请圣下观阅。"当时,禄东赞便抽出所带文书第一卷,恭恭敬敬献给皇上。太宗皇帝打开文卷,只见蓝靛纸上,写了汉文金字七句,书中写道:"你唐朝虽有佛法,我吐蕃仍没有十善法;倘若要我订出十善国法之后,方乐意许公主与我,那我便变化为五千化身,在一日之内,订出十善法来,此举皇上觉得神奇吗?"

太宗皇帝观后，微笑着说："区区吐蕃赞普，竟敢大言不惭，真是可笑。"说着，又对禄东赞再发一问："你吐蕃之地，岂有能力建筑寺庙?如有，公主可许与你国赞普;如无则休胡思乱想了。你等速再返回故土，请问你藏王吧。"

大臣禄东赞又抽出所带第二卷文书奉献皇帝，并说："臣不能因传递一句话而来回唐蕃之间，为回奏圣旨，我王早已有书在此，请陛下过目。"

太宗展开文卷，观之，书中写道："你唐朝奉行佛法，有建造寺庙的能力，我吐蕃虽无建寺院的才能，若皇帝陛下乐于建佛寺而嫁公主，则我便变化五千化身，建造数百个寺庙，并将所有庙门皆朝长安而开。此举您不觉得奇哉?"

皇帝观后，大笑说："唯你这吐蕃之王，敢夸此海口。"太宗又正言诘问禄东赞："你吐蕃地方，岂有可享受五妙欲乐之富?如有，可以许配公主;如无，再不准重提此事。速速回去问你赞普。"

禄东赞将所带最后一卷文书，恭恭敬敬地献于皇帝，说："外臣确实不能为传一句话便返往数千里，陛下看此文书，自然知晓。"

太宗皇帝打开文卷，只见文书写道："你唐朝如此财资富足，我吐蕃虽国贫财穷;如你喜嫁公主与富足者，我便变化五千化身，使吐蕃变为金、银、谷物、绫罗绸缎，装饰衣食，均财富资足，胜似天堂。不仅如此，我将打开四门，将你拥有一切财宝，统统摄取至我之门前，变化我之所有，难道你不感到这是神奇妙招吗?"

至此太宗皇帝沉思：求娶朕之公主者甚多，看来，吐蕃赞普才智过人，恐怕公主得许配于他吧。想到这里，太宗下旨起驾回宫。

太宗回到宫内，与皇后、太子、公主等聚集商议。皇帝先开口，说："佛法圣地天竺，对我大唐恩高德厚，公主许嫁于天竺国王，我看是上佳策。"皇后是贪财之人，她竭力主张公主应嫁给达食财国王。太子自幼好玩弄刀枪仰慕天下英雄豪杰，拼命主张公主应许巴达霍尔格萨尔君王。公主生性喜爱英姿勃发之人，久恋冲格萨尔国王仪表堂堂，决意与他结为终生伴侣。

皇帝、皇后、太子、公主正热烈议论，各执已见的时候，吐蕃和其它各国使臣突然求见。丹墀之下，禄东赞跪拜启奏说："我吐蕃最早请婚，公主理应嫁我吐蕃。"奏毕，立在一旁。巴达霍尔使臣紧接前奏道："陛下若不把公主嫁我格萨尔君王，则我邦兵马将要遍布你唐朝天下。"达食财国使臣上前一步，叩首拜奏："倘若公主不嫁我王，不日大唐即可能成为火海。"冲格萨尔使臣也发话："我王若娶不成唐朝公主，则将引水淹你国土!"

太宗皇帝见此状，难以轻下判断，旋即动心生计，开口对众使臣说："朕对各友邻之邦，均无亲疏厚薄，绝不偏袒何人。朕今即为你等比试才智，智者获胜，公主便嫁于该国君王。"

当即，皇帝一手取出状若小碗、光泽照人的聪玉，一手提着一根丝线。那聪玉边有一孔，中心有一孔，两孔之间，有一弯曲肠道。太宗对五国使臣说："谁能将线穿过玉骰的两个

孔，公主便嫁给哪个国家的君王。”

是时，禄东赞对众实臣说：“诸位大臣，你们皆得皇上宠爱，国家又是势大财足，你们便先穿丝吧。”

诸使臣争先恐后，一个个挖空心思，唯恐公主为他国所娶。他们间，有用小锥，有用猪鬃，有用各种线，作为引子，轮流穿孔。结果，均不得穿孔之要领，始终未能穿过。无奈何，只得回首请吐蕃大臣试穿。这时，唐朝内侍将丝线与聪玉交于禄东赞。

禄东赞聪慧过人。他接过线与玉，接着又命随仆取出来用肉与奶喂养过的蚂蚁一只。只见那蚂蚁脚趾灵俐，形如钢针，动作敏捷，生龙活虎。吐蕃大相放下聪玉，将丝线轻轻拴于蚂蚁腰上，吊至聪玉中孔的头上。正待蚂蚁爬进孔口，禄东赞一手捏紧丝线，用嘴轻轻向着蚂蚁吹气，驱赶蚂蚁向前。不一会儿，蚂蚁便带着丝线从另一孔爬出。大相将蚂蚁腰间丝线解开，拉直线头，丝线便穿过玉石两孔。在场者见之，无不赞叹吐蕃使臣实在聪明。

此时，禄东赞面朝皇帝说：“陛下，我已用此法穿通聪玉，公主该嫁我藏王。”太宗又说：“不慌，此智不足为据，还得继续比智。”

第二天，太宗皇帝又召众使臣于殿前。瞬间，命人赶来五百只羊，对着使臣说：“活羊五百只，平均分给你们，限一日之内，宰完、吃光、皮鞣成。如果有办法完成此事，公主便可嫁与你邦国王。”

吐蕃使臣们在禄东赞指挥下，把羊分配每人一只杀了。禄东赞又指挥，把羊皮与羊肉分别堆成一堆，接着，命众随臣集中人力，将肉切细如蝌蚪一样的小肉条，拌好盐，食了。不多久，肉便食完。禄东赞又令吐蕃使臣，依次排成一行，排头坐于皮堆旁，每张羊皮，从头至尾每人揉一遍，顺次传递下来。临到末尾，皮子已揉得十分柔软，便涂上一层油，最末一人再揉几下，皮张即成。

当吐蕃顺利完成吃肉、鞣皮时，其他各国使臣却没完成。这时，禄东赞上前奏帝道：“我吐蕃已如期完成陛下吩咐，公主该嫁我邦君主。”

偏袒其余诸国的太宗皇帝，见此状闷闷不乐。片刻，帝又提出，需继续比智。

又一日，太宗召各国求婚使臣上殿，命人各赐酒一百坛，说：“明日上午，半日之内，哪邦使者，能将百坛美酒一饮而空，不洒不醉，公主即被该国请去。”

禄东赞领过御酒，当堂小声吩咐随臣，令他们以小碗一口一口慢慢喝下，定能半日喝完，并且不洒不醉。吐蕃使臣，从命行事，百坛酒半日喝个净光。

其他各国使臣，唯恐半日难以喝完，有用大碗猛喝，有抢坛倒灌。不一会，诸国使臣也把酒喝完。没多久，却一个个东倒西歪，酩酊大醉。顷刻，又有人呕吐，并愈来愈多，污物狼藉，臭酸之气，满堂皆是。

禄东赞见到这情景，跪下丹墀之下，奏道：“皇上陛下，数次比试斗智，都是我吐蕃如期完成、得胜，他国都失败献丑，公主嫁我吐蕃赞普，该不会有什么怀疑犹豫的地方了！”

太宗皇帝仍不甘心,当庭宣布“仍需比试斗智!”又命人牵来母马及马驹各一百匹,对众使臣说:“朕出之题,提出辨认方法,务须识别亲生母马与马驹之关系。如能识别清楚,可请公主回归你邦。”

各国大臣,目瞪口呆,始终想不出辨认方法。唯禄东赞胸有成竹,令人将母马与马驹分拴二处,只给草料而不准喂水。拴过一天一夜,第二天清晨,又命人将缰绳尽都解开。只见,渴了一天一夜的马驹,只只横冲直闯,寻找自己的母亲吃奶。禄东赞见这情形,大喜,命使臣各携二马,一子一母排列成行,等待回奏圣上。大相来到殿下,启奏皇上辨认母子马匹的手法,请求不再刁难,立即许以公主。太宗皇帝仍然固执己见,不许公主给吐蕃。

次日,皇帝照例召集使臣面试,皇帝下旨,命人捉来母鸡百只,子鸡百只,当庭宣布:“谁能辨认母子鸡之区别,又能识得子鸡为何母所孵,便可请得公主。”

各国使节,绞尽脑汁,均无计可施,只得当堂认输。

足智多谋的禄东赞,命人把二百鸡撵至一广场,又买来酒糟,撒于广场上。再命人把鸡赶向食物地方。只见,群鸡争相奔去,啄食酒糟。不一会儿,母鸡与子鸡成双成对,子鸡在母鸡翼下蹦跳挑食,活泼可爱。此状,禄东赞十分明了,母子二百鸡均可分得一清二楚。便回头启奏太宗说:“圣上,各国使臣均无法辨认,唯独我吐蕃分辩一清二楚,请许公主 。”

此时,帝计无多,但仍坚持比智再许公主。当即,太宗命人搬出松木棒百根,说:“朕再出一题,试你等智慧。如能识得棒根、棒梢者,公主可许你邦。”

众大臣围着棒堆东瞧西看,头尾一样粗,不知怎么辨认。

禄东赞命随臣把松木棒均搬往河边,一根根抛入水中。此时,只见根根木棒,一头沉在水中,一头翘起水面。禄东赞说:“没于水下者棒根,翘于水面为棒梢。吐蕃该得公主矣!”说后,进宫见帝。

谁料太宗仍不允纳许配公主之事,说要继续比智,但没说怎样比法,就回宫了。

圣上此举,各国使臣莫名其妙,各自推度太宗又出何题、想何法。半日,均不得要领而罢。当天傍晚,突然听到皇宫鼓楼之上,鼓声大作,催人心弦。众使臣闻声,速速整衣入朝。

正当诸使臣入朝之时,禄东赞却不动声色,低首于驿馆内徘徊,旅馆女主人见状,催促说:“他国使臣,早已闻声纷纷入宫,你等为何不前往?妾以为,还是进宫为佳。”禄东赞答道:“我等并未接到进宫圣旨,鼓楼击鼓之声大作,不知为着何因?”女主人说道:“我观他国使臣都已去了,你们虽未得到召旨,也还得前往为是。”

智力过人的禄东赞,仍然在屋内徘徊。沉思片刻,他便悟出其中奥妙;并无传旨进宫,却又鼓声雷鸣,其中必有用意。于是,大相领众吐蕃随臣,在驿馆门楣之上,用珠砂画上金刚像。又于旅店门坎画上万字的图样“卐”。然后,沿途挨户,均画了红色记号,一直画到皇宫。

禄东赞领着吐蕃随臣们进到宫来,只见各国使节已在此待候。当晚,太宗为各国使臣设宴。宴毕,已是华灯初上。

此时，皇上启口："你等各国使者，各自请回，谁能寻得自家旅店，公主可望许配你家君主。"

各国使臣一听，慌了手脚。禄东赞沉着的命随臣借来宫灯一盏，走出一个又一个宫门，来到街上，沿着来时的标记，顺利地回到自己的驿馆，更衣就寝。

次日黎明，禄东赞第一个起床，骑着马，扬鞭巡城一周，到各国使臣居住旅馆巡视。只见，有的使臣借住民房，有的东歪西倒睡于大路之旁。禄东赞见状大喜，径直上朝禀奏皇上："各国大臣均未寻得自家驿馆，独我吐蕃寻得，公主该嫁我国赞普。"

太宗皇帝无计可施，只得传下圣旨："过了三天，朕于东校场上，排列三百华装美女，公主杂于其中，谁能识得公主是谁，便许配该国君王。钦此！"

太宗皇帝这一着，将住了才华出众的禄东赞。他回到驿馆，坐卧不安。把女主人请到堂屋坐定，对女店主说："我吐蕃使臣一行，不远数千里路，来唐朝请婚已整整一年。经过一次又一次的比试斗智，都被我克服辨认，智慧可算胜诸国一筹，公主早该被我请去。怎奈皇上却一次又一次借故拖延。我等虽从未见贤淑聪慧之公主，但久闻其名，如雷灌耳。据悉你曾服侍过公主多年，对于公主起居、形貌，了如指掌。公主特征怎么样，望多多指点。"他又讲："识别公主模样，对我们关系甚大。当今皇上，令我等五国使臣，三日之后，于东门校场，识别公主。到时，公主杂于三百美女之中，识者可请为王妻。要解决这个问题，谈何容易。何况各国权势极大，必有捷足先登的方便，如若使臣中一人识得公主，被选中领去，那我吐蕃岂不望洋兴叹！倘若他人不能识别，被我所认，皇帝也可能再借故不许。要是苍天有眼，公主与赞普前世姻缘所定，我等也苦于不识公主形貌，为此，鄙人精诚恳求，多多指点迷津。事成之后，我将赠你所求，以作报酬。"

当即，禄东赞边亲自取出金粉一升，贿女店主。女店主说道："你们吐蕃使臣，智高理足，无奈皇上疏远你们，偏袒其他国家使节，一旦他们比试得胜一次，公主便被聘无疑。妾身曾久侍贤惠的公主，对她一切，了如指掌。可是唐人善五行数术，万一算准我泄漏天机，我便得人头落地，万万不敢说哩。"

女店家起身待走，禄东赞请其坐定，说道："关于五行数术之法，鄙人自有防避之术，乱他们的算卜。"大相紧接言道："可先将门关闭，用三只麻袋盛土垒灶，灶上架盛满清水的黄铜大锅一口，水面撒满各色鸟羽，用一红漆盾加盖，你坐在上面，用一陶罐倒盖你的头上，罐顶罩上围网，罐边打一眼，用铜管插进罐内，你从铜管中传出话来，保险运算不出，请大胆放心说吧。"

驿馆女店主听后，沉思片刻，相信禄东赞的话道：

大臣留心听我言，

公主贤淑天下扬，

个子不高又不矮，

相貌也是极平凡，
衣衫裙钗无特别，
与众女子一般样。
公主与人不同处，
皮肤青里透粉红。
张口散出莲花气，
有一玉蜂紧绕旁。
公主两颊有美痣，
“却罗”花纹如睡莲。
额头上方有圆圈，
颜色丹黄惹人欢，
圈上又有一圈点，
救度母像居中间。
公主杂于队伍中，
不在排头排尾处，
也不居于正中间。
公主列于左排上，
七位之后就是她。
公主衣饰和身休，
护法之神藏其中，
凡人可望不可得，
切切不能用手摸。
公主穿有五褶裙，
肩披大敞更飒爽。
大臣认出是公主，
手执彩箭把裙挑。
公主见了那彩箭，
自然随出离队列。

禄东赞听了女店家详细介绍，对公主衣着、装饰、相貌了如指掌，大喜地说道：

我们吐蕃婚使臣，
往昔多胜各国宾，
今日最后一比智，
定能克难取胜利。

我等不远万里行，
一不经商争赚钱，
二不助亲与扶友，
越山翻海到长安，
一心为迎贤公主。
此次识别皇帝女，
成功已握手掌心。
如此仍然应准备，
切切不可粗心意。
三日之后是关键，
三百美女认一人。
事关重大机不失，
运棋慎之应又慎。

三日限到，只见三百华妆打扮的美女，一个个如花似锦，艳丽异常，立在校场之上。众美女列队于东门校场。长安城内外，男女老幼，争相围观，热闹非凡。

一会，皇帝御驾到场，立即发布圣旨："各国使臣，均按原定顺序，开始认定公主。"

第一个出场挑选的是受皇恩宠爱的天竺法王使臣，他左看右瞧，即从队中，挑出衣着华丽、容颜动人之美女二名，请其出列，兴高采烈地当众高喊："此两美女，必有一是公主。"

接着，达食财国使臣，又东挑西选，领出二美女，和天竺使臣一样，走出场去。

第三个使臣，乃冲格萨尔特使，也领出二美女，和前面二国使臣一样，高兴离开。

第四个轮到巴达霍尔大臣。他和前面一样，带二美女出了。

最后，便是禄东赞了。禄东赞见各国使臣都没认出公主，暗暗自喜。他信心十足，手执彩箭，不紧不慢地率了一帮吐蕃随臣，径直走到左排队尾，从尾选起。这位大相到了排尾，背着手从头瞧到脚，然后对着美女唱道：

见此美人儿，
双手红殷殷，
活似屠夫女，
且去宰牛羊。

唱毕，便头也不回地走到倒数第二个。到了跟前便打量一番，开口评论道：

双手多皱纹，
出身陶工女，
哪有公主样？
顽石混水晶。

禄东赞又直来到第三个美女跟前，众随臣也嘻嘻哈哈，议论一番，紧随而来。禄东赞站在倒数第三个美女面前，开口唱了起来：

看此娇娇者，

衣衫日晒灰，

樵女爬高山，

砍柴赴市井。

众随臣听了，拂袖一挥，便到倒数第四个跟前。禄东赞见此女，衣衫耀眼，姿态出众，唱道：

衣衫多妖艳，

惹人眼花乱。

戏台显身手，

岂能充金玉。

到了第五个，禄东赞几乎瞧也不瞧，便评头论足：

身穿彩条衣，

乃是清道女，

鱼目来混珠，

仍应扶扫归。

禄东赞等吐蕃大臣，挨次而过，打量第六位美女。唱道：

衣襟如青黛，

此乃铁匠女，

挥锤响丁当，

何必装妖媚。

大相及随臣唱罢，忙步向前，又指点第七位美女道：

一身绫罗缎，

织锦女儿郎，

夜织机杼声，

天明卖布绸。

他们不再逗留，来到第八位美女面前。只见禄东赞在姑娘面前站定，上上下下，左左右右，再三地瞧着，并招呼紧随使臣，一起围观美女。好大一会儿，只见禄东赞呼喊出声："好一个多才多姿的公主哟！"接着，便仔细地描绘一番：

肤青里透红，

口散莲花香；

玉蜂紧相随，

两颊"却罗"痣，

额心度母像，

容貌美如画，

仙女下凡来。

歌毕，禄东赞又手执箭，用箭尾缺口，轻轻挑起公主衣角。这时，公主突然面颜失色，悲痛欲绝，只得流泪，随箭而出。

行不了几步，公主早已泣不成声。大相见状，为安慰她的心，聪耳唱起歌来。在场的吐蕃大臣吞弥·桑布扎及芝·司如贡顿二人，也随声附和帮腔，歌曰：

妙哉妙哉，

贤淑公主，

听我歌唱。

吐蕃国土，

吉祥欢乐。

地大物博，

牧畜众多。

国王居宫，

赞普神子。

名曰松赞，

威武英俊。

迷人之处，

一见知晓。

三人稍停，继续唱：

大悲观世音，

佛法理国政，

度民皆从命，

士官及百姓，

无不齐欢颂，

社稷日兴旺，

人民多幸福。

满山林木茂，

平原更辽阔，

五谷丰又硕，

金银铜和铁，

宝藏遍四方，

牛羊马群聚，

欣喜又雀跃。

妙哉复妙哉，

唱与公主听。

公主静听，过了一会儿，眼泪不流了。她暗自想道：如果吐蕃果真如此，与我家乡何异？久而，破涕为笑。随吐蕃大臣离开东校场。吐蕃大臣欣喜若狂，自鸣得意地簇拥公主骑上高头大马，绕城一圈。这时，队伍中有人高喊："我吐蕃使臣，足智多谋，智胜各邦，公主被我吐蕃迎娶，各国使臣，你们只好有苦难言了。"路上，京城百姓，见此情景，无不低声道："呵！我们的贤淑公主，已被吐蕃使臣禄东赞迎走了。"

太宗皇帝见此场面，心中无限感慨，转而对各国使臣说道："你们不远千里而来，也是我大唐亲友睦邻。今日，你们也把所选美女，带回自己国家吧。"

怡然自得的禄东赞，快步来到公主面前，行了君臣之礼，说道："请公主早日收拾行装，与臣等一同前赴吐蕃。"

公主回宫，心情十分复杂，徐步来见太宗。帝见公主，开口说道："你应前去吐蕃，辅助赞普才是。"

公主回话："女儿不忍离开父王、母后而远行。"

帝说："女儿之言差矣，汝应当前往。吐蕃赞普是个未来事先知的人，能显神通，具盛德，与凡人不一般。松赞干布学识渊博，英勇多谋，善理国政，庶民都俯首听命。何况，吐蕃地广土肥，社会繁荣，人民幸福，汝更应前去才是正理。"

公主听言，双膝跪下，上奏道：

父王之圣命，

母后之教示，

兄长之良言，

奴婢当遵命。

女儿生尘世，

前世早注定，

今生离父母，

远嫁去吐蕃。

此去雪域地，

山高气严寒，

草原多野兽，

岭悬崖又陡，
路途遥且远，
相隔十万里。
吐蕃不种谷，
只生蔷薇草，
地瘠人穷困，
民野性亦蛮。
似此荒僻地，
又欠佛开导，
想想此情景，
胆颤心又惊。

太宗皇帝扶起公主，勉励她道：

娇女是朕掌上珠，
居心不忍儿远离，
奈何吐蕃诚恳求，
选中我女属天意。
娇女此去吐蕃国，
乃是神佛之境地，
域内雪山似佛塔，
四大湖泊如幔扎。（佛教供品之一）
境中奇花茂且盛，
又有阴凉无量宫，
雪域四水奔腾急，
树木成片林成海。
地产五谷与牛羊，
粮如山高奶似海，
珠宝装点宫宇殿，
殿中国王高悬坐。
国王名松赞干布，
是观世音下凡来，
英明能干是贤主，
国富民强威望高。
雪域定有十善法，

赞普博学又多才，
德高望重民心顺，
女儿前去莫徘徊。
我的娇爱公主哟，
父王钦赐释佛像，
保你积福又安康。
此像金银十宝铸，
天王帝师是施主，
比夏嘎玛精工作，
佛祖亲自来开光。
佛尊万福之根本，
你应精诚去祈祷，
如若始终真虔诚，
定能超度去成仙。
我的亲生爱女哟，
朕赠治国之金言，
无数经卷辅赞普；
又赠佛经三百六，
金银珠宝若干种。
送你御膳与佳饮，
还有泡制之书籍，
再送金鞍玉辔口，
也作女儿的嫁妆。
拿来绣狮画凤绫，
又拿描花绘草缎，
赐你绫罗与绸缎，
包你一生穿不完。
吐蕃王臣见此物，
必定惊喜又称赞。
寡人送你五行术，
典籍一共三百卷，
识别善恶镜一面，
草药四百二十四。

还有技工六十部，
艺典方子一百种，
再备配方四方法，
五种诊断六样器，
以作百姓疗病用。
末了又送各装饰，
选择健美侍女子，
称心女仆二十五，
以作日常之使用。
难忍离舍的爱女，
父王一席肺腑言，
你应牢牢记心上。
为服吐蕃众臣民，
女儿事事要谨慎。
第一心胸要开阔，
第二里外需各睦，
第三和颜与悦色，
尊重国王爱臣民，
四要知礼识廉耻，
四事牢牢记心间。

太宗皇帝切切絮语，教给公主许多待人处事的话。最后，紧紧拉着公主双手，久久不忍分开。

公主离开皇宫，在使女陪同下，前往吐蕃使臣居住的驿站，对禄东赞说道："奴家想带去释迦牟尼佛像，也带去珠宝等物无数件，请作妥善安排。"过一会儿，公主又问大相："未知吐蕃岂有褐色陶土？又有否花岗石？林中岂长刺梅树？草原岂长马兰草？地里能否长蔓菁头？"凡公主所疑，一一诘问。

禄东赞道："请贤淑公主不用操心，吐蕃百物样样有，唯缺蔓菁此一种。"

公主又道："果照大相所说的，吐蕃完全能耕耘，我就放心了。"于是，公主命人用红绸子包了蔓菁种子，不忘捎带上路。

出发之前，公主命专制辔舆一辆，车上搁放释迦牟尼像，专挑力士拉嘎、鲁嘎挽运护送佛尊。又将金银、宝物、装饰、布匹、典籍经卷、绫罗绸缎、路上食品，一切应用之物，打捆成包，置于骡马驮子之上。一切收拾停当，不日即将起程。太宗皇帝为公主及吐蕃使臣等人，设宴饯行。

动身之日，公主华装打扮，身后二十五名随身婢女，也穿得漂漂亮亮，众宫女手牵红鬃骏马，站在一旁，准备停当。

是日，太宗与皇后，三宫六院，以及朝中文武百官，纷纷前来送行。清晨，送行人群，熙熙攘攘，观看热闹的人，围得水泄不通。

公主坐于四轮辔舆之中，正待出发，又从车上下来，再拜别帝、后。皇帝与皇后，见与女儿离别就在旦夕，恋恋不舍，临行之前，又与公主窃窃私语，语重心长教诲公主许多待人接物、辅政处事、尊老敬贤的道理。

看看正待出发，吐蕃一大臣芝·司如贡顿，出于对禄东赞之嫉妒，对太宗皇帝说道："吐蕃实应留一大臣，且必是才高智广之人，留在长安于皇帝身边，一来联络感情，疏通友好；二来也好辅助国政。"说完，他大眼盯着禄东赞。这时，太宗说："我的爱女已嫁吐蕃，我这里也需留一大臣，作为人质。"

当场，聪明过人的禄东赞，看透芝·司如贡顿嫉妒之心，故意要把他留在唐都之中。细思之后，禄东赞赶忙上前奏帝："圣上陛下，以小臣愚见，实应留吐蕃使节在此，永结友好。臣不才，愿留长安，听陛下教诲。"

帝遂大喜。

禄东赞奏毕，退回队伍之中，悄悄把吐蕃大臣吞弥·桑布扎和娘氏拉在一旁说道："不才与二公言明，我在长安，最多只住五月。五月之后，即想法回归故土。如何归去，拜托二位操心，五月期近，你等派一心腹，乔装打扮成乞丐，到我驿馆之中，我自有吩咐，切切勿误。"二大臣铭记在心。说话之间，太宗传旨，公主与吐蕃使臣，立即出发。是时，公主和吐蕃大臣，挽着释迦佛像，赶着运载各式物品驮子，浩浩荡荡，望西而行。唯禄东赞一人留于长安。吐蕃使臣和文成公主，簇拥释迦牟尼像，向吐蕃方向前进。到了扎帐地，先用白绸缎把佛像围于中间。接着熬起一锅稀饭，与公主一起进食。随从们有伴随公主的，有就地赛马的，有角力摔跤的，有比剑斗武进行娱乐玩耍的。文成公主虔诚地对佛像供奉膜拜之后，抱上银色琵琶，开始弹唱起来：

天上两足的佛祖，
来到世间走七步。
佛称已是救世主，
诚心诚意来祈祷。
纯净的佛陀利生五变身，
智慧洁身犹如须弥山；
佛祖名望遍之世间，
心地虔诚敬拜依怙尊。

公主用一切动听言语，颂扬释迦牟尼。此日，鸟鸣之前，文成公主为释迦牟尼像引路

前行。

太宗皇帝见吐蕃禄东赞才高智广，内心筹划永久留在身边，又寻一美貌女郎，以嫁大相，使他从此不再思乡。

此举，禄东赞既不敢犯上推托，内心又闷闷不乐。自此之后，禄东赞独自隐居小屋，白天黑夜，均蒙头沉睡，不与美女同居，也不思饮食。

美女见大相此状，登门责问："大臣何故不与妾身通好！？"

禄东赞答道："我已中暑生病了，难道美女就看不出来吗？"

美女见禄东赞确实生病，便进宫禀报皇上。太宗听后，放心不下，亲自到禄东赞居舍看望，问到底得了什么病？禄东赞久久不语。过一会儿，忽然口吐浓痰，痰中带血，禄东赞便开口禀皇上道："臣已中暑，病入膏肓，弥留不久矣。"太宗听后心中不悦，又闻屋中臭气熏天，便下旨宫中太医，前来诊脉。

次日一早，太宗亲自陪太医来到禄东赞小屋。太医坐定，立即诊视大相病体，细心摸按腕脉。

这时，禄东赞独居小房，说道："因我身上发出臭气，难以入鼻，请太医到隔房按脉。"于是禄东赞便用一绳子，一头交给太医，一头把它放入水里。太医诊断后说："大臣没有大病，只是湿气太大，需要加温。"

第二日，太医又来看禄东赞，禄东赞又把绳伸到隔房，一头让太医按脉，一头放在火里。太医诊脉片刻，说道："今日大臣病请又有变化，火气太大，需要泻火降温。"

第三日，太医再来为禄东赞诊断，禄东赞除把一头让太医诊断外，却把一头捆在臼上。太医一摸，说道："今日大臣之病情又有新的变化，现在脉气犹如石头，经脉都缠于石头上。"

又一日，太医来房，禄东赞抓住一只小猫，把猫倒挂梁上，悬在空中，把绳子一头，缚在小猫腿上，另一头交给太医。太医诊断之后说："怪哉！大臣血液互送，下身拥上上身，上身之血流到下身，现在脉力，犹如细小动物一样微弱，如今该如何治疗，我也难以下药了。"

至此，太宗皇帝异常焦急。又命另一太医，前来诊治。这时，禄东赞命把汉美女搬出卧室。禄东赞道："因女人在场，晦气太盛，太医难以诊断清楚，与治病不利。万一我一命呜呼，你岂不成了寡妇？"美女无可奈何，只得从命搬出别房睡觉。

美女搬后，禄东赞把自己之卧床，床尾垫得高高的，自己趴在床上，头触地板，两腿随床高悬，如此睡着。太医前来诊断，禄东赞仍似前法。太医说道："大臣之病，既不是瘟病，又不是胆病，也不是湿气，而是另得一大病，此病我也无法治疗。"

这时，皇帝又说："大相乃智慧出众之大臣，如何使庄稼长得更茂盛呢？"

禄东赞答道："最好把种子炒熟，再种下，此法最好。"

于是，汉地农民果然照禄东赞所说之方法，把麦子种下去。三月之后，地里长出的都是

杂草，麦苗一棵也没有。禄东赞见此情形，心想：这一下肯定带来问罪之苦，我得想法。自言道："我已病入膏肓，后来七日之内一定要死。事到今日，我远离家乡，身患重病。同来的大臣别我而去，我多么想念我的赞普和家乡老少啊。如今插翅难飞，无法与之见面，苦死我，现在我只有死路一条。"说毕，蒙头大睡。

太宗皇帝见此状，心中十分不安，对禄东赞说："爱卿，你乃智谋双全之士，汝有何方法治己之病？如有，朕当命人如法照办。"这时，禄东赞心想："这下子有办法了。"他赶紧说道："小臣之病，乃被陛下强留长安，招引吐蕃鬼神捉弄所引起，倘若臣能登上可望吐蕃之最高山巅，敬供鬼神，臣之病自会消灾痊愈。供鬼神所需供品，一要焚烧绸缎得灰，其量一麻袋；二得宰羊脾血一肚子；三需木炭一庹；四要红鬃黑马一匹。怎奈，要凑齐此四样供品，谈何容易呢！况且，陛下也不会相信此话。看来，我只好坐而待毙。臣死倒不值一提，但臣所担心者，是由此会给陛下带来十八种凶兆，并且唐蕃关系，便会从此断绝！"

帝说："这些供品，朕自当命人设法凑齐，望卿暂且自我珍重。"

皇帝降旨，命人将所有森林烧掉。烧毕，却寻不到一庹之炭；把所有之羊宰光，却得不到脾血半肚子；唯有找到红鬃黑马一匹。

帝又探望禄东赞说："其他供品均未找到，唯马已得。"

禄东赞回答道："其他供品，如无找到，臣之病难除矣。请陛下将所得之马赐我，以驮臣之尸体，再请赐我一马，驮我阴间路上之食物。马将把我驮到可望吐蕃的高山上，敬奉神明。"太宗皇帝允纳，但放心不下，又暗地里派四大力士陪伴禄东赞前往。

这时，皇帝沉思：我女文成公主之秘密，肯定有人泄露。于是，命人召来司天太监。经过司天太监运算，向皇帝禀报。司天太监说：

敬爱的皇帝陛下，
请听司天太监禀告，
三山鼎立上一湖，
湖内栖息众禽鸟，
湖上坐有一女人，
头与身段一般粗。
身上布有千百眼，
嘴衔一枝铜管子，
由此泄露公主事。

太宗皇帝听后，觉得此乃无稽之谈，大怒，命人当场烧毁占卜之典籍。又命人用阴阳五星图推算。但这些书又带到吐蕃去了，太宗无可奈何，又气又怒。

此时，禄东赞带着四个卫士，一直跑到查绒地方之吐蕃高山上，爬上山巅。禄东赞拿出咸干肉给四力士吃。禄东赞祈祷道：

祈祷！祈祷！向神祈祷！

向吐蕃三界神灵祈祷，

向生死轮回九神祈祷，

向赞普之十三祖神祈祷，

向护国十二大神祈祷，

愿能保佑大臣百事如意。

禄东赞又拿出所带之酒，首先祭神，然后请四力士喝。这四力士因吃了咸干肉，口甚渴，拼命喝酒，争相猛喝。不一会儿，四力士均酩酊大醉。禄东赞见四人醉如烂泥，便把他们所带之武器砸断。又把他们之坐骑脚上钉上钉子。然后，他跃上红鬃黑马，直接往吐蕃逃奔。

当四力士醒来时，所骑之马，均拐腿不能再跑，武器也被折断，想想回唐朝，一定要被问罪，只好尾随吐蕃大臣走。

禄东赞一路奔驰，每隔一段，便放下一些食物，以供他们吃食。到了嘉曲库巴河岸附近，他便骑着马，就地转圈跑动，使地面满是蹄印；禄东赞又拣来马粪，随地四散撒开，好像有千军万马驻扎过；他又找来鹿角做弓，并制了许多箭，把箭射入土中，只露箭羽于地上。做完这一切，禄东赞又上马向前飞奔。

唐朝追兵到了此地，见状，纷纷议论，看来吐蕃大兵已经到此接应，大兵肯定骁勇无疑，再追，便要入埋伏，不如就此回。于是，他们拨转马头，回归唐境。

这时候，文成公主和吐蕃使臣一行，已走到“邓玛岩”，在岩上，刻上七肘高弥勒佛像一帧，又刻上一段普贤经。在此耽搁一月之久，未见禄东赞来，又往前走。一日，到了棚布惹，这里地形险要，两山峡谷，只得往下修路，耽搁一些时候。此时，所带食物已不很多，便在此捕捉散于四野之牛羊，挤奶充饥助食，又未见禄东赞到。又一日，走到西康白玛塘。在此，耕翻土地，撒播种子，安装水磨。等了二日，未见禄东赞到，又前走。一日，抵达噶东噶木，由于唐人作法，大树倾倒，堵塞去路，前面无路可走，在此耽搁二月。此时，禄东赞到。公主一行，与之汇合。

禄东赞见此情形，深知此乃唐人作法所致，便焚香膜拜，祷告神灵。禄东赞虔诚祈祷：

祈祷！祈祷！向神祈祷，

向唐朝皇帝祖神祈祷，

向吉祥门神祈祷，

请把倾倒大树扶直。

再向吐蕃神灵祷告，

请快快前来迎接公主。

半夜，倒树自立，塞谷成通途。第二天，他们顺利通行。

此时，禄东赞派人先行，前来报告：文成公主和释迦牟尼本尊就要抵达逻娑，请吐蕃臣民们准备前往迎接，要敲锣打鼓，空中飘满哈达，兵马要占满辽阔大地。使者报赞普后，松赞干布命令大臣，松赞干布说：

大唐公主携本尊释佛，
不日顺利抵达逻娑，
你等大臣备上百骑，
穿上节日盛装准备搭帐，
作好隆重迎接之安排，
命你等后天要出发。

松赞又说道："公主乃救度母之化身，能显神通，不知从何方进城，命逻娑四方百姓，修通道路，作隆重迎接之准备。"臣民们奉赞普之命，作了周密准备后，等待公主到来。

几日之后，大唐文成公主和本尊释迦牟尼化身等从逻娑四方入城。此时，逻娑城内，哈达腾空飘起，铜号唢呐、鼓乐之声直冲云霄，队列之 中，左边是藏戏戏队，右边是歌舞乐队，隆重异常。逻娑臣民人等，纷纷向文成公主及本尊释迦牟尼敬献哈达，热烈欢迎远方来客。是时，逻娑百姓，均说文成公主从自己方向进城。

此日，文成公主身着绫罗绸缎之盛装，戴上金玉宝贝之装饰，手抱银制之琵琶，走到扎拉草坝，接受吐蕃百姓欢迎。在这里，逻娑臣民载歌载舞，聚集广场，为公主举行精彩的表演。

吐蕃王松赞干布英姿勃发，来到这里参加欢迎仪式，会见公主。文成公主会见松赞干布时，先敬献洁白之哈达。公主说：

吉祥洁白的哈达啊！
敬献给赞普当作见面礼，
我自离开唐朝已经三年了，
今日有幸见到赞普的玉颜。

松赞干布向公主表示亲切慰问。说道：

文成公主请听我一言，
一路辛苦了，欢迎您来到。
公主、释佛及随从，
经过三水六岗长途跋涉，
今日安全抵逻娑，
此乃你的神法高超。

这时，公主答道：

本尊释佛放在车子上，

全由拉嘎、鲁嘎来挽运，
遇到江河用船去摆渡，
路遇堵障设法排万难。
夜里举火来寻路，
想尽办法渡难关。
愿吐蕃繁荣又昌盛，
人民幸福社会太平。

这欢迎场面，好不热闹，三界人等，各有各的看法。十方的多陀阿伽陀，只看到赞普与王后十二种善良行为，暗思定能利于众生；十地大乘菩萨看来，观音之化身松赞干布，娶来救度母化身的文成公主，这定能利于众生；下界一般臣民们，看到国王与王后相互敬献哈达，亲切交谈，情投意合，感到十分快慰。

不久，文成公主召来唐朝各种技艺高明之工匠，仿照唐朝寺庙，在龙宫之上，修起小昭寺。小昭寺上的金顶，文成公主挥笔亲书。墨迹在小昭寺旧顶上仍可看见。

苏吉尼玛

仙翁之女苏吉尼玛的故事，早先，由大译师白若杂纳（八世纪中叶，藏族大译师之一）和大译师息乌所翻译的。这个故事分四段讲：

第一段：国王娶苏吉尼玛为妻；

第二段：正当国王与苏吉尼玛生活得美好欢洽之时，有人挑拨二人关系；

第三段：驱散乌云，见到阳光，善有善报；

第四段：最后获得了圆满欢乐的幸福生活。

现在，开始第一段。

话说在天竺，有一个名叫森木吉洛佳的国家。国王名叫达唯铁奔，母后拉益白姆，长子达唯森格，次子达唯雪努。

这个小国国力强大，财富雄厚。所属有三百六十万城廓及臣民。又有三百六十个藏有各种珠宝的国库。皇宫是九层高的楼房。宫顶上的白伞盖是纯金制成的。国王有一个钵盂。这个钵，凡百求百应。他又有一头伊罗婆那神像（象王，是天王帝释所乘骑的象），象的鼻子是黄丹色的。国王还拥有如意宝牛，又有能先知预言的鹦鹉，他又有一个神奇多变的套索环，还有一处永不凋谢的百花苑；国王又有一个才华出众的大臣阿布纳吉；同时，又有种姓低劣的猎手一人。王宫中，有不计其数的、世间罕见的财宝。

有一日，国王达唯铁奔对长子达唯森格说道："国王如果没有继嗣，就如飞禽没有翅膀，老虎没有斑纹，狮子离开了雪山，鱼儿离开了水一样。所以，我现在应该把王位禅让给

你了。我现在年已老迈体弱。你的母亲拉益白姆年纪还轻。治理国家大事的担子，应该落在你的身上了。”

这时，长子达唯森格答道：“往昔是祖先们治理国家，而后是父辈们接班，如今重担要由我来承担了。要说治理国政，又非得有个门道不可：一是内道，二是外道（佛教徒分宗教为内外两道。自称内道，佛教以外则为外道）。到底应遵循哪一道好呢？请父王、母后商定指教。”

父王接着说道：“我儿所说治国之法，如按内道治国政，那便能今世安乐，来世幸福；如若以外道治国家，财神通相变，四军部众，威力无穷。然而，当今世风五浊（佛教的认识论。即命浊、烦恼浊、众生浊、劫浊、见浊），即倍增长时期恶众难以用和平手段感化，故只有求靠于世主大自在天王的威力统治。这样，才能把国家治理好。但是，这毕竟是一种过渡手段。最终还得回到内道上来，才能造福于众生。”

国王说完，便把治国权力交给自己的长子。

这时，由黄丹鼻色的伊罗婆那神像开路，后面跟着载运许多敬神供果的马车、群象，又运载着鲜肉、热血、湿皮等祭品。王子骑一匹闪电快马，猎手等佣人簇拥着王子。大臣阿布纳吉在队前领路。一行人浩浩荡荡，从王宫出发，前往一处阴森恐怖的地方。

这个地方，是毒蛇穿梭的森林。森林中有一岩石。岩石长出一个外道主神自在天王像。这座像并不着地，悬于空中。王子将要到这里对这位主神恭恭敬敬地供拜，以求得加赐。

在抵达目的地的途中，王子遇见一个出身低贱的美女。这个美女，刚洗过头，头发披散着。身上穿戴着异常美丽的装饰，口哼小调，手舞足蹈，使人一见，便为之倾倒。

这个美女，见王子前来，笑容可掬地迎上前来，双目频送秋波。

王子见着，魂像被勾去一样，就犹如幼兽紧跟母兽一样，目不转睛地呆望着这个美女。

这时，新国王对大臣阿布纳吉说道：“侍臣阿布纳吉，这个女人的父母姓氏是谁？她的美名叫做什么？她属何等种姓？家世又是如何？她拥有多少财产？”

阿布纳吉听了王子这些问话以后，心里想：我们的王子，见了这个低贱的美女之后，已神魂颠倒了。看来，他是深深受上了她吧！于是，他开口对王子说道：“这个诱人的美女，父母叫什么名字，我不清楚；但此人是种姓低劣的人。可想而知，她会有多少家产呢？！”大臣说完，便拉住王子的马缰绳，绕过美女，直往天王自在神那里走去了。

新国王与随臣们到了天王自在神的尊前，便摆开了许多供果，尤其是用各种野兽的热血，敬酒沐浴。接着，又用各种杀牲祭祀；又摆出手足俱全的整张人皮，再将野兽的肠子挂垂在主神的头顶上。总之，在神的面前，摆下了丰盛的祭品。然后，一心敬神祈祷供养。于是，王子得到主神的赐福和教示，便起驾回宫。

在回宫途中，那低贱的美女见国王回归，她又笑哈哈地迎上前去。只见她服饰华丽、妖娆妩媚，故作婀娜恣态。尤其是那美女身上擦上松香脂，香气袭人，脸上涂脂抹粉。只见她

脸如皎月，微笑中露出白牙。她身上装饰闪闪发光，妖气十足地走到国王身边来。

这时，国王伸出右手，抓住美女说道：

喻嘛呢叭咪吽。

美丽的脸儿似满圆的月亮，

整齐的牙齿如月光一样皎洁。

笑脸迎面犹如皎月的光辉，

如皎月般可爱的人儿啊！

我花园里的睡莲为你溢芬芳。

有一个美好的心愿产生，

想你能使我心花怒放。

国王刚说完，大臣阿布纳吉便上前向国王禀道：

喻嘛呢叭咪吽。

尊敬的国王听我言：

黄铜再闪光发亮，

也难比得上真金。

葱石再光滑晶莹，

也难比得上美玉。

低贱的美人儿啊，

再漂亮为王也不能娶。”

国王回答道：

喻嘛呢叭咪吽。

阿布纳吉听我言：

不爬上高矗的雪山，

怎能见到白色的狮子？

不进入深山密林之中，

何以见到老虎的斑纹？

不下到大海深渊之处，

哪能找到得意的伴侣？

国王说完，阿布纳吉还没来得及继续规劝国王时，达唯森格便伸手将这个美女拉到自己马背上，坐在自己的后面，回到森木吉洛佳城里。

当离城还有两天路程时，国王便派猎手策马先回城里，向父王和母后报告这个喜讯，希望他们做好准备，组织臣民欢迎。

猎手回到城里以后，详细地向国王和王后报告。他俩听后十分高兴。臣民百姓，纷纷

洗头沐浴净身，从城的三方出迎，每处都聚集许多人。且歌且舞，兴高彩烈地迎接新国王与新王后。

当国王与新王后回到宫殿时，会说话的鹦鹉对着国王达唯森格的金宝殿，用爪子不停地拽动着，非常抱怨地对国王说：

唵嘛呢叭咪吽。
国王陛下听我问：
那柔美妖艳的姑娘，
乃是哪一国的公主？
她爹娘姓甚又名谁？
隶属哪一等种姓？
带来多少奁物？
她对长辈可能侍奉敬诚？
能否爱护人民扶救贫困？
岂能生儿育女继嗣续亲？
缝衣事厨本领有多高？
学识才干又有何妇德品性？

国王听鹦鹉一连串的诘问，内心感到十分不自在。对鹦鹉说道：

唵嘛呢叭咪吽。
此女生来妖艳异，
本王眷恋不嫌弃。
立意娶来为儿媳，
鹦鹉无须再多叨絮。

鹦鹉听国王一说，内心很不愉快，头颈东歪西倒，表示不满之意。对国王说道：

贪恋妩媚娇姿女，
终会陷落苦海底。
王中妖蛊丽夫计，
迷惑不悔实可悲！

国王听鹦鹉一说，内心十分气愤，怒视鹦鹉说道：

唵嘛呢叭咪吽，
多嘴鹦鹉少饶舌。
你虽能说会道语言快，
毕竟种姓低贱又无知。
你虽聪明又伶俐，

毕竟是愚禽岂比人？

本王偏爱此娇女，

虽然宫中五百妃。

个个种姓属高贵，

血统纯良是母系。

嫁妆财宝多如毛，

也难比此女一发须。

鹦鹉休要多嘴舌，

速速回窝静安息。

鹦鹉听完，心中不快，怒目睥视，并用牢骚满腹的声调说道：

唵嘛呢叭咪吽。

斧虽坚利没好把，

不日总得两分离。

弓虽硬劲料质劣，

射不数次便折废。

贱种美女再美丽，

拉拢腐蚀惹是非。

王将忠言当戏谑，

我今预言放这里。

待到来日后悔时，

王若厌我多嘴舌，

鹦鹉立即远飞离。

鹦鹉对国王说完，便展翅飞翔，一直飞到王宫最高处金幢屋檐下的窝里去。

正在这时，国王对这个姑娘和从四面八方众领国娶来的五百美女一样，正式娶她为王妃。

国王坐在金宝座上，贱民美女坐在玉宝座上，其他众妃后分别坐在白银宝座上、黄铜宝座上和锡合金宝座上，一一享受着五妙欲的快乐。

尤其是这位贱民美女，无拘无束地享受着人世能享受的全部待遇。

有一日，国王永不凋谢的百花苑里，突然闯进一头野猪。那野猪凶猛地将所有含苞待放的花啃咬坏掉，将盛开的花朵，糟踏净尽；将一个平整整的草坪，拱得乱七八糟；又在地上四处拉屎拉尿。一个好端端的花苑，被那野猪搞得不像样子。

负责管理花苑的猎手，见到如此情景，心里想：照以往的惯例，这个御花苑，任何牲畜野兽都不敢进门来。如今这头野猪，胆敢闯进园来，并糟踏得如此不堪入目，非得把它抓住

不可。

于是，猎手带上弓箭，沿着野猪的脚印，马上就可抓到牲畜时，突然在树丛中，跳出一只獐子。猎手一见想到：如果捕到野猪，无非能弄点肉吃；如果捉到獐子，不仅得肉，还能剥下皮子。于是，他便把劳累困乏的野猪放走了，反而去抓獐子。真像俗语所见：

嗔逐犹疑起贪心，

猎人弃猪追香獐。

猎人追着追着，一直追到一处密林之中。这时，又突然跳出一只梅花鹿来，猎手一见又想，如果抓到獐子，只能得到肉和皮；假如抓住鹿，不仅能得肉与皮，还能得到鹿茸，岂不一举三得。想到这里，他又把疲惫不堪的獐子放掉，反过来去追赶那鹿子。这真是：

贪得无厌的乞丐，

舍弃獐子而追斑鹿。

凡见异思迁的人，

将落个求佛不成两手空。

此时，斑鹿早已逃之夭夭，无影无踪。而猎人呢，却钻进了密林深处，迷失方向，找不到回归去路。

猎人想退回原路，再回森木吉洛佳城，也不知怎么走才好。至此，猎人孤独一人，又饥又渴，疲惫不堪。这一夜，他只好用落叶做垫子，摘下野果充饥。又害怕受到野兽和强贼之徒的袭击，内心恐慌万状。但左思右想，又无可奈何，只好把弓箭当枕头，树叶当床垫，在森林中露宿一夜。

第二天，太阳刚露头，他又到森林各处，寻找野果吃。当他正在聚精会神寻找时，偶然发现前面有一个八功德水泉（一甘、二凉、三软、四轻、五清净、六不臭、七饮时不损喉、八饮不伤腹等优点的泉水）。这个泉眼旁边，有放着盛水的缸瓶和舀水的小瓢的痕迹。

猎人见状，想着：从现场的情况看，肯定附近有人家居住。于是，他决定在泉眼旁边等着，看看有没有人来舀水。

不多久，果然来了一个清秀雅致、妩媚多姿的姑娘。这个姑娘右腮上有白莲花纹，左腮上有金刚图纹，额心上有喜旋宝图，鼻尖上有红点，脖子上戴着水晶皎月般的项练，牙齿有如白螺般洁白，浑身散发出松香芳郁的香味，体肤皎洁，颜面白里透红，右手执瓢、左手拿着一只缸瓶，来到泉旁舀水。

猎人见到这美女，惊奇万分。心想：如果我能将此美女送给国王做妻子的话，那我肯定会得到无数的奖偿。猎人便对那姑娘说道：

唵嘛呢叭咪吽。

美丽的姑娘啊，

你的父母姓甚名又谁？

姑娘芳名是什么？

你属何等种姓人？

家中资财有多少？

我从森木吉洛佳来。

这个城里有国王，

大太子名叫达唯森格，

你愿不愿作他贵王妃？

这个姑娘听完，没有说话，迅速将缸瓶舀满了水，犹如野兽见到猎人一样，匆忙离去了。

猎人见了，心想：我今日没有对她夸奖国王拥有巨富。所以，她无动于衷。我还是在这里等等，明日与她细说。于是，猎人当晚又露宿在泉旁，摘下一些野果充饥。

次日，姑娘又和昨日一样前来打水。猎人赶忙上前对她说：美丽的姑娘啊，你的家住在何处？你当我们国王达唯森格的妃子好不好呢？国王达唯森格有许多财宝。他下属有三百六十万臣民。王室顶上的白伞盖，是纯金做成的。国王又有一匹鹅黄色飞马，还有伊婆罗那神像，有如意宝牛，有百求必应的钵盂，又有神现多变的套索环。国王还有一处不凋谢的百花苑。如此万宝齐备的国王，你难道不愿当他的妃子吗？"

那姑娘赶忙地舀完水，都不吭一声，眼也不看一下，战战兢兢地跑回家去。

那猎人感到十分失望。他想：这姑娘到底是人还是神呢？究竟从哪里来的呢？又找不到去路。想来想去，觉得没有什么法子，只好等待姑娘再来舀水。大概她知道我回归的路径吧，问问她就是了。

这样，猎人只好又在这里再等一天。等待姑娘再来时问个详细，好作回城的准备。这时，猎人又在这里摘了一些野果充饥，就地露宿一天。

第三天，姑娘又来打水。猎人走上前去说道："姑娘，我在这里等了数日，始终没有见你开口答话。你到底是世婢还是仙女呢？看来，你不是母夜叉的话，便是林中之妇，或者是虔诚的宗教徒。我今日来到密林深处，迷失了方向，找不到回归的道路，望你千万给我指明归途，让我可以回去；特别希望你保佑我免遭强盗和野兽之害。"

这时，姑娘向猎人详细指点了去路，又割了一束古沙草。姑娘对古沙草诵咒祈佛，又加赐灵验，然后交给猎人，并叮嘱道："你回去后，千万不要对任何人讲，这密林深处有什么人。"

猎人见状，想道："看我装束丑劣，衣衫又破旧，所以姑娘看不起我。假如我把国王引到这里来，那姑娘一定会喜欢他的。"又想："为了请国王到这里来，一路又免遭强盗和野兽之害，我得想个办法。于是，他又对姑娘说："你只给我这么一小把古沙草，我又得走那么远的路。一路走一路撒，这一束草，到城里就没有了。你能不能多给我一点呢？"

姑娘听完，又割了一把古沙草，又是诵咒祈佛，加赐灵验，然后交给猎人。

那古沙草法力无穷。本应走两天的路程，一眨眼功夫，在古沙草的帮助下，猎人便回到森木吉洛佳城了，但还没有回到自己的家。

话说那猎人在密林深处的几天中，他的妻子对亲戚说道："他已去打猎五天了，肯定会带来很多猎物。到时，将送给你们一点，但你们得帮忙到山上拉肉下来。"那猎人的妻子又在家里烧了一大铜锅水，等猎人回来可以用。

猎人回家走到半路上，想着："这五天中，我一直没有吃一粒粮，家里肯定做好饭等我回来吧。"

当猎人想时，妻子在家又想："丈夫这么多天还没有回来，看来捕获猎物不会太少。在路上耽搁时间更长。"想到这里，她便出门到山上去，并带上许多亲友邻居前往，准备支援丈夫。

当妻子见到猎人时，她便先开口说道："我们是前来接你的。想来你猎获的肉肯定很多。故此，我才请来许多亲朋好友同上山来。要是这么多人不够，那可以请求国王派差使前来帮忙。"

猎人听后回答："我哪来的肉呢？我连野兽的影子都没有见到过。你太悭吝无情了。我一去五日，连一粒粮都没吃到肚，你上山一点口粮都没带来。"

妻子听完，大发雷霆地说道："你这不中用的东西，要是去当佣人，还能挣几个工钱，你这一次，不仅连一点肉都没有带回来，而且连自己也没有混上饭吃。真是个蠢猪！"接着，猎人妻子同来的人，有的在地上抓一把土撒在他身上，有的拿起棍子去打他，此情此景，真是：

男人千方百计求复还，
妻子悭吝财物不顾命。

猎人听完，想道：我如果能见到国王，将在林中看到的情景告诉他，肯定会得到赏赐，至少能得到一些食物来饱暖。于是，猎人不理妻子和亲友，直接跑到国王宫殿来。

那国王的宫殿，深如大海，里外共有七层门，每层门都有卫兵在把守。

当他到了第一道门时，便对卫兵说道："我有特大喜讯，需要禀报国王，请让我进去吧。"卫兵看了他一眼，说道："像你这样的穷猎手，会有什么特大喜讯呢？何况你是一个种姓低贱的人，身上充满晦气，哪有什么喜讯呢？如果放你这样的人进去，那我们一定会受到严厉的惩罚。"

猎手与第一道门的卫兵正在高声谈话时，话声一层一层地传了进去，最后转到国王的耳朵里去了。

国王问殿前第七道门的卫兵："门外有人找我，到底有什么事呢？"卫兵对国王禀报："猎人要向尊敬的国王禀报一件特大喜讯。我们看来，他无非是肚子饿了，要混口饭吃罢

了。不会有什么喜讯。”

国王又问话道:“他这种走遍山川、河流,走过四面八方的没有喜讯,你们这些长守宫门的人,更不会有什么喜事。快让他进来吧!”

于是,卫兵们先将猎人带去沐浴,洗掉一身的污垢,又在身上洒了松香脂,换上一套新衣服,再把他带进殿上来见国王。

国王便说:“在报告喜讯之前,得让你吃饱喝足。”于是,国王便命人赏给他红糖、米酒等三种甜食。

猎人吃完,国王坐在黄金宝座上,五百个妃子各自坐在自己的宝座上。一一就位后,才命那猎手报告喜讯。

这时,猎手想:我在林中见到的情景,如果如实报告出来,势必引起贱民美女和五百妃子的嫉妒。她们肯定要拿我问罪法办,把我关进牢房里去。我只好把话说得隐晦一点,让国王自己去理解吧:

> 唵嘛呢叭咪吽。
> 向尊敬国王禀告,
> 民在深山密林中,
> 听说在您王宫里,
> 有一个泉涔水旺。
> 每泉之上金鱼游,
> 黄铜管子竖泉旁。
> 若用铁钉钉死它,
> 那如意的宝贝哪,
> 能保国王命百岁,
> 深福国富民又强。
> 我的明智贤国王,
> 请您仔细想一想。

猎人说完,坐在一旁的五百后妃听毕之后,个个高兴异常。马上,有的将自己剩余食物和饮料赐给猎手;有的甚至把自己身上的装饰卸下来一部分赏赐给他。

当时,王后妃子们议论纷纷。虽不明白什么意思,但总认为是个大好消息。

这时,国王坐在殿上沉思,一句话都没说。他想:猎手所说的意思,据我理解,宫中有一个泉眼,大概就是指我那五百王妃的一千只眼睛吧;说泉里有金鱼在游动,大概是说她们的眼珠在晃来晃去,可能便是嫉妒的眼色吧;说泉眼的旁有铜管,大概是指的五百王妃的耳朵。她们的耳朵是很尖的;如果用钉子钉死它们,那就是要我用方法去堵死她们的耳朵,不让她们听到他要说的话。假如我照样做了,那么,如意之宝便一定会落在我的手中,看来

是可以得到一个美丽的王后。

想到这里，国王便决定将王后与王妃打发走，然后，再向猎手问个详细。

国王开口问道："我们宫殿里有如此宝贝的泉眼，那我们每个人都得先沐浴，将身上的污垢去掉，用洁净的真意去迎接它。你们王妃们请各自去洗澡吧。我也准备动身去洗澡。"

国王又回头对猎手讲："你将我沐浴的用具带上，跟随我前往。"国王便领着猎手出去。

王后王妃也纷纷退回内宫。国王带着猎手到水池边，开口问猎手道："你刚才所说的话是什么意思呢？再详细地说一遍给我听。"

这时，猎手跪下，双手合掌，便从头到尾，自在国王的永不凋谢的百花园里发现一头野猎，一直讲到他追野猎，进森林，在森林中呆了五天，没找到任何食物；接着，讲到在水池边见到一个秀丽雅致、神情贤淑的姑娘。那姑娘左腮颊上有金刚图，右腮上有白莲花纹，额心上有喜旋宝图，鼻尖上有红太阳圆点，脖子上戴着水晶皎月项练，嘴上有白螺般的牙齿，体肤细净皎洁，身上香味扑鼻，心地十分善良，举止更是文雅。此姑娘不像世间佣人，活像仙女下凡来。如果这位姑娘能迎请来做王后，那么这个姑娘身上的一切美德，将你现在所有王妃优点，综合起来，还比不上她的一根毫毛。如果这美女能当我王之后，那我们所有臣民，肯定会心满意足。"

猎人说到这里，国王一听，犹如孔雀听到打雷一般异常兴奋。国王喜笑颜开地对他说："才智出众的猎手呀，既然有这么一位美女，你马上将我带到美女住的地方去；不然，这美女要逃奔，或者被他国之王娶走。那时，便后悔来不及了。"

猎手听到这里，马上对国王说："尊敬的国王陛下，我俩如果如此匆忙前去，那是多么不礼貌、不周到呀！你应该装饰打扮一番，小人也应换上衣服。另外，为了一路免受野兽强盗的侵害，国王你应把护身法宝带在颈项上。我也要做一番准备，拿上衣衫食物。

国王听到这里，觉得猎人言之有理。他说："常言道，三分人，七分打扮。各种华丽豪奢的衣服，会使你变了模样；各种珠宝之饰，能使美女更漂亮；各种丰富的食物，能使百姓得救助。"

于是，他吩咐侍臣将加西加出产的布衣拿来披在身上，胸间挂上吉祥结，上身戴上嵌有八祥徽的装饰品，看上去光彩夺目。

那装饰，柔软轻便，冬能防寒、夏能防暑，是世间稀有的无价之宝；颈上带有仙境的宝贝——帝青宝石和因陀罗尼环形项练；手上带上人世间的宝物——金、银、珍珠、松茸石、珊瑚等手镯及戒指。打扮完毕，便跟猎手出发到密林中去。

由于得到经过祈佛加赐的古沙草的帮助，一瞬间，他俩便飞行到了密林之中，落在水泉旁边。

这时，猎手便对国王说："我到附近找些野果食。你在这里等候，那美女肯定会来的。来后，您便与她细细交谈吧。"说完，猎人便到密林深处去了。

过了一会儿，从密林深处东南方，果然来了一位妩媚动人的美女。那美女左腮上有金刚图，右腮上有白莲花纹，额心上有喜旋宝图，鼻尖上有红太阳圆点，脖子上戴着水晶皎月项练，嘴上有白螺般的牙齿，体肤皎白，身上散发出扑鼻的香味。虽然没有带上手镯珠宝等打扮，但如此秀丽夺目，性情如此温顺，举止这般文雅，真使人一见被吸引入迷，闻香便被陶醉，听声便能动心，触体便会动情。只见她左手执瓢，右手提缸瓶，前来打水。国王上前一步，对那美女说道：

唵嘛呢叭咪吽。

柔色洁丽的娇女，

你手提瓢缸来打水，

此举乃属贱民做。

尊贵的人何贤淑，

我作一国之君主，

却被人吸铁般逮住，

随我回去意如何？

国王又接着说："我乃森木吉洛佳国王，是达唯铁奔之子达唯森格。你愿意作为我的妻子吗？我国力强大，财宝雄厚，下有属民三百六十万。王宫顶上白伞盖，是纯金来做成的；我有鹅黄飞马一匹，又有伊婆罗那神像如意宝牛；本王有百求必应的静虑钵盂，有神现多变的套索宝；又有一处永不凋谢的百花苑，拥有无数世间宝贝。"

国王说到这里，那少女正眼都不看一下。打了水，便捧缸匆匆走去。她像野兽见到猎人一样，走得特别快。

此时，猎手摘了野果返回泉边。他问国王道："那美丽的姑娘对您说了些什么呢？"国王答道："我尽力用温和细语对她说了好多话，但她始终没对我说一句话。不仅没说，而且连看都不看我一眼，匆匆便走了。"

猎手听说，想道："我把国王引到这密林深处，要是不将那美女搞到手，那不是劳而无功嘛。"想到这里，他对国王说道：

唵嘛呢叭咪吽。

慢步久行总能达终点，

食若适当身心永健康，

轻声细语使人心诚悦，

永久不息铁杆能磨断，

学牧人走路能把山攀。

国王听完，答道："你说的也是，我便耐心等到明天，再与她说说吧。如若她像今日这般傲慢，那我们便回去算了。"于是，国王与猎手当晚露宿在泉旁。

第二日，那少女又前来打水。当国王再看到少女，越看越感到姑娘姿色艳丽，确非凡人。他暗暗下了决心：如若不把少女弄到手，我发誓死也不回归。她却一点也不动心；今日，我得好好颂扬少女的美貌，看她有何反应。

于是，国王开口说道：

唵嘛呢叭咪吽。
那绝代佳丽的淑女，
你莫非是帝释天主，
抑或是那世间美人？
你是梵天佛女呢，
还是自在天之姝丽？
观你容貌殊妙世无双；
你不是吉祥天女，
便是那鸟摩明妃；
你如此内秀本色，
又这般神态妩媚，
世上何人敢匹配？
绝代佳人下凡仙姝，
我的灵魂与体躯，
全被你吸引而去。
你为何如此冷若冰霜，
难道没有一点留恋要将我摈弃？

那少女听毕，斜眼偷偷瞄了一下国王。她见国王还挺英俊，内心稍有一震，思念之后，便又马上打了水，提缸瓶匆忙离去。

这时，猎手又回到国王身边，问国王道："事情有何进展？"国王颓丧地说道："仍然毫无结果。事情与昨日无异。"

猎手又对国王进言道：

唵嘛呢叭咪吽。
知难而进乃聪明，
半途而废真愚笨。
凿石刻字做到底，
算是世上最贤人。

国王听完，一语不发，久久沉默着。

第三天，国王想：凡女人者，都乃贪色动情，我不如用一些淫词情语来挑逗她，或许她

能有所反应。

国王想到这里，那少女又前来打水，国王便上前开口说道：

见到你如月映湖水之芳容，

我这莲茎不禁自主颤动。

莲蕊已是怒时，

欲情待发难忍耐。

愿阳光射入花蕊中，

尽情享受花香味。

那美女听完，仍然一语不发，打完水，如箭脱弦一样，快走如飞，回家去了。

那猎人寻找野果又回来，问国王有何结果？

国王答道："仍如前一样，毫无收获。"猎人听完，想道："这个少女怎么这样难对付？其实，果真把少女弄到手，也是归国王所有，对我毫无益处。如此费尽心机，乃事倍功半。"想到这，便对国王说道：

尊敬的陛下请细听：

无雪的岗山再高大，

狮子仍然不久留。

荆棘分蘖再茂密，

也无老虎展威地。

无宝的大海再深沉，

蛟龙不会藏其中。

密林深处再幽静，

岂是国王久恋处。

尊敬的国王啊，

今日您心上有创伤，

忍得烦恼是大丈夫。

国王听完，一声不响，仍然在这里沉思默想。

又过了一日，少女照常前来打水。这时，国王想到：数日来，我用尽心计，好说歹说，她总是不动声色，我想，女人总是胆小怕事的，经不起惊吓。我再用强硬之词，看她有何动静。想到这里，他便开口说道：

你这卖弄风情的少女，

尽你妖艳媚态舞风骚。

强音弱语不顺情，

淫词情言不动心。

须知我兵强马壮一国主，

你就如弱微卑贱一苍蝇。

我能在瞬间将你吞，

难道你无半点恐惧心？

那美女听了这一席话，缸瓶还没把水舀满，便战战兢兢跑回去了。

这时，猎手又前来询问："今日有何结果？"国王答道："今日，她仍然一声不响，半语不答。"于是，猎手对国王说道：

唵嘛呢叭咪吽。

尊敬的国王听我言：

舌头方知万物味，

鱼儿才晓水深浅。

姑娘耐性如泥不久长，

男人只要穷追总会变。

事已至此无计施，

还不如跟踪到她家里探。

国王说："现在，也只好如此了。"说完，主仆二人，紧跟那少女的踪迹，追了下去。

那主仆二人，走了五百尺（古时藏族的长度单位。一尺，等于成年人双臂手伸之长度）长的路，来到一个平坦辽阔的草地。这草地周围，有核桃、梨子、石榴还有无花果、椰子，以及余甘子、玄参、葡萄、使君子等各种果树，把这一片草地紧紧围绕着。

在这个草原上，听不到狐狸、狼等各种猛兽的吼叫；在这平原之上，有羚羊、斑鹿、香獐、野山羊等各种野生动物在玩耍。

草坪之上，还有成群的孔雀、黄鹅、白鸭在水上游戏；又有鹦鹉、杜鹃等各种珍异飞禽在欢唱；草坪之上，君陀花、莲花等各种艳丽的名花盛开；那草坪上，生长着十君子科、相木、白松香树等，云香巧木散发出浓郁的香味。

平原中央，有一高台。台梯用白玉般的石头砌成。高台中间，有两座茅庵，面对面地屹立在高台之上。在一茅庵里，有一婆罗门大修行者端坐禅空；另一茅庵里，便是那少女也在认真修习。

国王主仆二人来到高台上茅庵前，看见这师徒二人在庵里五谛息静（五谛，四肢及头部称为五谛）。茅庵里用古沙草做成的围垫。他们二人，在静思大日如来佛经修行。

此时，猎手对国王说：

唵嘛呢叭咪吽。

尊敬的国王听我言：

我等用尽温柔词，

少女毫不动声色。

如今改变强硬手，

好比鹞鹰追鸟儿。

抢走之后再高飞，

未知此计是否合适？

国王听完，对猎人说道："这样做怎能行呢？一来我们是教徒，在世不能造罪孽；二来如此伤害虔诚之师徒，会对我们国政带来不幸；三来做事要圆满完成，需有决心和毅力。如果用强硬手段，一定对我将来治理国政不吉利。常言道："再饿，也不能吃失信积怨之食；再冻，也不能拿不义之遗物。我们怎么能这么做呢？！"

猎手听完，给国王又出一计，然后国王对苏吉尼玛说道：

唵嘛呢叭咪吽。

美丽多姿的少女啊，

我曾多次苦哀求，

你金口始终不开启，

正眼也不看我一眼。

你如此狠心对待人，

我走投无路自尽死，

你难道还是不理睬。

那美丽的少女听了这一席话，感到十分惊慌和不安。于是，她便开口道：

唵嘛呢叭咪吽。

国王千万不能死，

我实无法顺所求，

密林修习学禅定，

请向我父问缘由。

我自告辞摘果去，

需要侍奉老仙翁，

你若真想刨根底，

速去拜望我父尊。

过了一会儿，少女捧了一大盆野果，到大修行者那里去了。

此时，国王也到修行者跟前，拜见揖礼毕，送上一枚金币，跪倒在修行者跟前。

这时，这大修行者接过女儿盆中野果，将果子分成四份，每分一份，便诵一段经文。他先诵一段颂经后，将第一份果子敬献给三宝——佛、法、僧；他又再诵颂经，将第二份果子留给自己吃；接着，又诵一段颂经，将第三份叫拿出去喂飞禽走兽；最后，诵一次颂经，将余

下的一份赐给国王。

此时，国王对大修行者说："我有一要求与您谈。如果您答应我，我便将果子吃下；如果不答应我，那我便不吃。"

大修者答道："假如你不伤我生命，那我便可答应你。"

国王又说道："我是森木吉洛佳城的国王达唯铁奔的公子达唯森格。我求您将女儿赐给我作为妻子。"

那大修行者听毕，对国王说道：

唵嘛呢叭咪吽。
国王出身虽高贵，
奈何你年幼又贪色。
我女万万不嫁给你，
因为她出身微贱血统污，
命注定留于深山老林处，
采摘野果当饭食，
其余作为再也无。
懈怠懦弱的斑鹿，
便是她的亲生娘，
种姓如此低且劣，
哪能去把王妃做。
我劝一声国王啊，
你且绝此念头回宫都。

国王听后，马上答道：

大修行者且莫如此言，
我深爱艳丽此娇女，
若说出身高贵血统正，
我王宫中自有五百妃，
这些人我就是不满意。
今日前来定要聘娶她，
如遭拒绝我就会死去。
倘若我真的自刎一死，
父王母后还有雪努弟，
便会痛苦流泪无尽期。
我森木吉洛佳三百六十万民众，

还有阿布纳吉与猪手，

定会忧愁欲绝悲饮泣。

若使众人痛苦又悲伤，

你如何奉佛崇善把恶弃。

你这样导致多少人悲凄，

却又捻珠诵佛表虔诚，

岂不矛盾考虑请仔细。

大修行者听完之后，心想，看来，女儿不能不嫁给他了。大修行者便对国王说："我女儿乃虔诚三宝奉内道，你国王靠的是自在天王行外道。你俩皈依不同，信仰各异，结合一起，难以治好国家，反而给众生带来灾难。国王如此改变皈依，虔诚三宝，行使十善之法，那时，我将女儿赐与你。"

国王听完，满口答应地说："完全遵照老人家所说的办。"说完，他又向大修行者三拜。拜他为师，求得归心发善之道，静行受赐佛家戒律，决心从此与外道决裂，忠诚根据内道行事。

这时，大修行者将女儿叫到面前，对她说："我已年迈体弱，你本如我的拐杖般一刻不能离开我们。可是，从今日起，你得离开这里，跟随国王前去，当他的妻子。假如你不去，那国王定会自刎而身亡；若是他真的死去，那他的父王母后定会极度悲伤，随之而死；所属三百六十万民众，尤其是阿布纳吉与猎手，肯定也会痛苦不尽。如此给众生带来这般痛苦，那便违犯我佛绝恶的法规了。故此，你只好随他去吧。我佛的本意，是求得解放众生，利于众生。如此去成为王妃，爱众民得如爱己子。我早已决心为众生舍弃一切，以致生命。望女儿也以此心愿行事。"

那少女听了这番话，受到突如其来的严重打击，昏倒在地。大修行者赶忙用松香水洒在她的心窝上。她终于慢慢苏醒过来。

少女醒后，跪在父亲面前，双手合掌，说道：

唵嘛呢叭咪吽。

敬爱的尊师如何出此言？

师常教我施舍一切都不惜，

今日却送我于吝惜人手里。

师常教我表里为一戒禁取，（戒禁取，佛教说，戒有三种：律义戒，摄善发戒，饶益有情戒，计为解净罪恶，能解烦恼。）

却赐我给那贪色之王为妻。

师常要我忍辱修习能耐心，

今日推我入嗔怒深渊底。

师常教我心地善良多行善
却让我畏葸懈怠染污泥。
师常教我禁情静虑定，
反送我至奢欲纵安逸。
师常教我追求光明驱黑暗，
却推我入愚痴黑暗之洞穴。
师再三讲轮回六道多罪孽，
却推我入色情之尘雾里。
师常言恋家不舍难成佛，
今日却要我进宫成家业。
师常说三途恶道痛苦源，
如今却推我入万恶之地狱。

大修行者听完少女一席话，又对她说：

唵嘛呢叭咪吽。
年幼聪慧之女听我言：
我年过花甲深知人世情，
国王宝库资财足。
是你布施求存的善根，
虽不能守住“戒禁取”，
内心始终可以戒律义。
懈怠惰散虽恶行，
仍能心地虔诚行善心。
虽离亲别故断感情，
仍可忍辱能耐发仁心。
虽无禅定修习所，
仍可心地善良表忠诚。
一时不能求正果，
持之以恒善始终。
愿贪恋欲界生出善世莲，
居深宫爱众生如子女。
如若遇难遭痛苦，
舍己承责救他人。
不可抱怨自吟夸，

所行善事竭诚为众生。

大修行者说完，少女便回头对国王讲："我不能违背父师之教旨。如若非要我去的话，先得答应我一个条件，让我在此居住三年，服侍我的老父亲。"

国王答道："万万不能。不用说三年，一日也不能再留此地。"

那少女又说："如果三年太长，不许的话，那三个月怎么样呢？"

国王答道："三个月也不行。"

这时，大修行者出面决断道："望你满足我女儿敬爱父亲的心情，让她留在这里三日，三日之后，我定叫她跟随你回归王城。"

这时，国王只好答应了，在这里呆三天时间，内心就如热锅炒青稞一般，好不自在。

三天内。大修行者教导女儿以十善十恶的教法，也教诲她能在人世间待人处事的道理。特别是大修行者将自己心中领悟的一百痴愚论（佛教名词，三恶趣之一）说给女儿听。在那五浊尘世的众生，嫉妒心犹为浓重，且喜挑拨离间，妖魔鬼怪行念恶咒以害人。你们女人，心地狭窄又多嘴，很可能遇到障碍、遭厄难。所以，更要牢记我的嘱咐。如按我的道理去办的话，一定能战胜一切磨难。

"我的这些教导，不能泄露于他人，连你最知心的伴侣国王也不能讲；更不能讲给你的亲生儿女听。"那大修行者讲完后，又诵经讲佛，加赐功德。

三日一过，国王、少女及猎手，便返回森木吉洛佳城。大修行者一直送他们到五百尺远。少女每走七步，便转身对父亲磕头七次，并祷告道：

唵嘛呢叭咪吽。

三域之主三宝哟，（三域即天上、地上、地下）

三界救星观世音，（三界即欲界、色界、无色界）

三身之主我师哟，（三身即法身、受困身、变化身）

三门忠诚你乞求，（三门即身、口、意为之门）

三地六道众生是，（六道即三善趣和三恶趣。三善趣即天、人、阿修曼，三恶趣即地狱、恶鬼、畜生）

三毒之害严重时，（三毒即贪、嗔、痴为三毒）

三学良药能拯救，（三学即戒、定、慧）

三世之时对婢女，（三世即未来、现在、过去）

三皈依日日保佑我。（也即三宝，佛、法、僧）

这时，师父也见纳了少女的要求，抓上一把花瓣，撒在国王与少女身上，并说道：

唵嘛呢叭咪吽。

佛法僧三宝真谛，

善世二资粮之谛，（二资粮即福德资粮，智慧资粮）

可信赖之因果谛，

永不变之法性谛，

仙人婆罗门之圣谛，

我将忠贞不渝的威德，

愿国王按佛法治国，

臣民永远得幸福。

愿女儿能称心如意，

宽仁慈爱行善业，

愿你终将随顺解脱之坦途，

愿吉祥元亨利通，

坚贞不渝传善法，

万事不离佛法僧。

大修行者说完，国王、少女和猎手一齐向大修行者磕头致谢，表示牢记他的教戒。然后，三人动身返森木吉洛佳去。少女总是放心不下，惦记着老父亲，为表达怀念师父之恩，她总是每走七步，便转过身来，诵经七句，慢慢离开密林草坪。

那大修行者离开自己的心爱女儿，他十分伤心，支持不住，便慢慢爬到一棵老树杈口，目送女儿和国王。见他们远走，心里十分悲伤，痛哭流涕。因年迈体弱，伤心过疲，便突然发病，从树杈上跌了下来，谁料这一跤便一命呜呼。

当修行者死在地上时，他的尸体周围，出现了彩虹和光环，空中响起了悦耳的乐声。同时，四周地动山摇；在修行者尸体上出现舍利罗(佛语，长期保存之物)。其中，有一寸观世音本尊像。

这时，天上神仙下凡而来。他们将舍利罗、一寸高的观世音像及修行者的灵首运回仙界去了。

在森木吉洛佳城内，父王达唯铁奔及所有臣民，由于突然失去国王达唯森格及猎手，举国上下悲痛万分。宫殿内因国王失踪，变得门庭萧条，上上下下冷冷清清。所以，鸟在檐顶上做窝，庭院内杂草丛生。老国王和王后，因为失去自己心爱的儿子而极度悲伤，生命奄奄一息。

当时，国中众臣，以才智高足的阿布纳吉为首的所有大臣们，带上千军万马，分头到多处去找国王。找了很久，都找不到。甚至国王到底走哪条路，朝哪个方向找，都打听不到。这样，所有臣民十分痛苦，尤其是与国王有手足之情的阿布纳吉，悲痛至极。他对众臣们说：

苍天啊，

神圣的三宝哟，

世间无比的公子，

是我们臣民的救主。

能驱散四周黑暗的明月啊，

你不居宝座治国救民，

难道真被阎王夺去生命么？

雪山之巅狮子大王啊，

你不安住在雪山之巅，

莫不是被狂象掷石所伤害么？

敬爱的国王哟，

如今我是多么想念您啊！

犹如家禽恋情自己下的蛋，

犹如鱼儿盼望得到水一般，

像骆驼想绿洲般把你怀念，

想得我愁眉不展泪涟涟，

我再也难忍痛苦与折磨，

我只好离开此地走向前。

说到这里，阿布纳吉回头对其他大臣说：

望你等回城扶持老国王，

扶助我使民众得乐安。

阿布纳吉说完之后，使臣们只好各自回家。

阿布纳吉独自跑到深山密林之中。他边走边喊："我的国王啊，我的国王啊！"悲伤的声音犹如号叫。他走着喊着，慢慢体力不支，口干舌燥，眼睛也快瞎了。他忍受着最大痛苦，继续向前走，走着走着，心里想：我与其受如此磨难，不如一死了事。

这时，他内心产生了自杀的念头。他便走到一棵大树下，解开自己的腰带，拴在树上，准备上吊。于是，他便凄厉地喊了三声："国王啊，我命好苦哟！"

阿布纳吉喊完，突然，猎手出现在他的眼前。可是，阿布纳吉看不清楚这是谁了，只觉得面前有一个人。他惊奇地想道："难道是神仙下凡了吗？是龙王出来了吗？还是鬼来捣乱呢？"他便问道："你到底是神是龙王呢？还是鬼呢？你见到我们敬爱的国王没有？如今我再见不到国王了，我只好上吊一死了事。"

猎手听到这里，立刻走上前去，抓住阿布纳吉的手，对他说道："阿布纳吉大臣，你不要这样嘛，我们的国王和王后很快就要到来了。"

阿布纳吉听他一说，高兴异常，眼泪都流出来了。他因极度高兴，又昏倒在地上。过一会儿，他渐渐醒来，便对猎手说道："你赶紧回森木吉洛佳城去。老国王与王后因极度悲伤，

已是奄奄一息了。你马上把吉祥的喜讯向他们报告，我陪国王和王后随后便到。”

猎手听完，快步来到森木吉洛佳的首都，把喜讯传遍全城。

这时，举国上下臣民，兴高采烈。为迎接国王与王后归来，全城张灯结彩，到处竖起金幢、宝幢、彩旗和吉祥彩幔，又用松香、陈香等各种香料熏陶整个城市。另外，准备了瑞象七政宝（一金轮宝、二神王宝、三王妃宝、四藏臣宝、五白象宝、六绀马宝、七将军宝，象征最吉祥之意）的仪仗队去迎接。同时，又有无数美女和歌舞大队，纷纷前去迎接国王。

这时，那女婆罗门苏吉尼玛与国王达唯森格夫妇二人，回到森木吉洛佳城。

当他们到达之日，宫殿周围飞来迦陵突嘎鸟唱起异常悦耳的歌；整个城里的果树，突然开花结果，结下丰硕的果实；所有的花园里，一霎时开出鲜艳的花朵；庄稼地里，未经撒种，突然便长上茂盛的庄稼。如此众多吉祥征兆，全国各个角落，都沉浸在极端欢乐之中。臣民们尽情享受幸福。

[以上，是迎娶苏吉尼玛为王后，第一段到此结束

[唵嘛呢叭咪吽。现在再说第二段：

正当国王与苏吉尼玛生活得幸福美满时，有人挑拨夫妻二人的关系。从此开始。国王达唯森格，虔诚佛法行十善，定国法。同时，又派人爬上王宫顶上，举起异常宽大的旗帜，又击起大鼓，吹起铜号，郑重其事地召集三百六十万全体臣民。这时，举国臣民，都集中到国王面前。所有来的人，都丰衣足食，享受殊妙之欲乐，换上盛装，前来朝见国王。

达唯森格国王便对众臣民宣布全国法律：

“严禁杀生、偷盗、邪淫；所有民众每日都得虔诚三宝，转经救佛；大力兴建三佛（经、法、塔）寺庙。如犯此规定，得受挖眼、掏心的惩罚。

“严禁妄欲、绮欲，要经常念经诵佛。每日正勤口诵六字大明。如违此规定，要行切口、刮舌、挖眼等酷刑。

“严禁贪恋、嗔怒、邪贱，以慈、悲、喜、舍等四无量，发菩提心。如违反之，则要斩绝、流放、割鼻子。如果偷盗被逮，则要罚八倍；两舌离间者（挑拨离间者），要砍四肢。”

国王订下法规一百条。从此，举国上下，安定团结，幸福美满。到处兴修三佛之寺庙，又对佛僧供敬，对众生发放布施，虔诚佛法，大行三事。

但是，由于没有镇下烦恼魔，又因过去杀掉千万牲畜的报应，故还会出现各种不如意之事。

这时，行佛法的国王称之为法王。他和苏吉尼玛各自坐在金宝座和玉宝座上，互相探讨佛法善业，享受着无垢、乐生之日子。

这时，国王和王后的金玉宝座都发出闪闪光芒，整个王宫透亮一片，从里面可见外面，从外面也透过墙看到里面。法王与苏吉尼玛犹如住在水晶宫里一般。

这时，国王因受不了如此强光，眼睛斜看一边，便看到贱民美女为首的五百王妃们，一

个个内心似乎十分恼怒。特别是种姓低劣的贱民美女更是恼怒，犹如她的心肝被别人掏走一样。气愤、怒恨的嫉妒，使她对苏吉尼玛咬牙切齿、恨之入骨。她巴不得将苏吉尼玛一口吞掉。

这时，在贱民美女近旁，出现一个叫亚玛根迪桑姆的妇女。此女人有变相幻术的能事，她又能配制毒药，是个巧词令、善歌舞的人。

根迪桑姆见到国王又娶苏吉尼玛，五百王妃失宠，便对贱民美女说："尊敬的王妃呀，你独自一人深居冷清的宫内，不感寂寞痛苦吗?你如有什么心事，不妨告诉我；你有什么事情要做，尽管吩咐就是，我一定照办不误。"

根迪桑姆说完，贱民美女便对她说道：

我们群星欢聚中，

围绕闪耀满皎月，

三五上弦日俱增，

却被十四旭日来吞噬。

如获婆罗门遍入天王保佑，

得到他的救护该多好，

我等今后定会供祀敬奉。

贱民美女说完，根迪桑姆听了，心想，王妃所说的意思，大概是这样：

所谓"群星欢聚"应当是指五百美女，欢聚已是过去的事了。

"皎月"应当是国王达唯森格，这不仅是因为国王名字有月亮之意，而且是因为王妃是跟着国王转的，如星星绕月亮一般；

"三五上弦日俱增"，应指以前生活一日比一日幸福；

"十四旭日来吞噬"，指的是苏吉尼玛把她们的幸福生活夺去了；

"如获婆罗门遍入天王保佑"，大概是对我讲的，要我想法除掉苏吉尼玛；

最后一句，便是王妃们肯定要对我大大奖赏。

根迪桑姆想通之后，便对贱民美女说："尊敬的王妃呀，要是以前，你和五百王妃，与国王形影不离，感情真挚，非常亲热。尤其是您更是如此。假如当时，把您的身子塞进国王眼里，国王不会哼一声痛；如今，苏吉尼玛到宫殿后，情况变了。自从她来后，我始终没见到您和国王在一起的形影。但我告诉您，要想把苏吉尼玛干掉并不难。各位王妃不用担心。"说完，她便想法去了。

那根迪桑姆有能歌善舞的长处。她利用自己的特长，带上琵琶、笛子和腰鼓，来到国王宫殿下，尽情奏乐击鼓，唱起动听的歌，跳起优美的舞。

这时，国王由于命运所定，对她的歌舞迷恋不舍。他叫根迪桑姆过来说道：

"啊，你是能歌善舞的根迪桑姆。请你进到宫室里，给我的苏吉尼玛表演，让她欢乐开

心。”于是，国王和王后苏吉尼玛，尽情享受歌舞的欢乐，一直到了傍晚。

天黑当人们入睡以后，根迪桑姆便把三十二种毒品配成的毒药，灌到国王、王后以及他们的侍臣嘴里。

灌完后，她赶紧跑到贱民美女处，对她说：“今晚下半夜，我便可以解决苏吉尼玛。但你可不能忘掉自己许下的诺言，事成之后，你得很好赏我。”

这天半夜，根迪桑姆一手提着套索，一手握着匕首，跑到宫殿里去。

这时，已是深更半夜，当人们进入梦乡之时，国王与王后却一点睡意都没有。他们的睡意，就像炒青稞冒出的烟一样，片刻即逝。二人乃精神抖擞地在这里谈论佛法。

见此情景，根迪桑姆想，过去，我所配的毒药，不要说灌进口里，就是远远闻到毒气，也要三天三夜迷忙昏困。如今，我用如此大量的毒品，在他们二人身上，却一点没有凑效。他们不要说中毒，半点睡意都没有。看来，苏吉尼玛肯定是法力高强的人，她不是一个修行者的话、必定是母夜叉，或者是人天女。我用尽如此多的毒品，还没有动她一丝一毫。看来，她身上必定有护身法宝；不把这个弄清楚，难以下手呀！

想到这里，她便返回，又跑到贱民美女那儿去。她到了贱民美女那儿后，把见到的经过详细告诉她。

贱民美女说：“这有办法。先用阴阳卜算，看看这苏吉尼玛有什么保护她。”她拿出明镜般的阴阳卜算图表，又摆出真象指明的算子，再拿出准确无误的箭，这箭系着一目了然的彩带拿在手里。按照六字甲子进行运算。

贱民美女又说：“另外，还要进行星象卜算推测。占卜后，再看圆光。要通过几种办法作比较，看看她是用什么护身。这护身宝威力灵验无穷。如不想法把这宝贝弄掉，那我们有再大魔力，也无济于事。”

第二天，根迪桑姆又带上乐器到宫殿下来。国王见她前来，仍然照常招呼她到宫室里尽情歌舞。

根迪桑姆表演一会儿，停了下来，走到苏吉尼玛面前。假装忠诚亲近的态度，对苏吉尼玛说了许多好话。特别是：如何扶助民众、如何服侍国王、对内外大臣怎么商量议事等等，尽量投苏吉尼玛所好。

苏吉尼玛毕竟是年轻少女，没有多少经验。加上女性心慈手软，故她听了这一席话，很合心意，信以为真。对她有了好感，便对根迪桑姆说了许多感谢的话。苏吉尼玛又拿出王宫御酒玉液赐给她。

根迪桑姆取得了苏吉尼玛的信任好感，内心十分高兴，便心满意足地回家去了。

又过一日。她照例到王宫去。国王照旧让她给苏吉尼玛唱歌跳舞，为之消遣。根迪桑姆到苏吉尼玛跟前，为了骗取她的信任，对苏吉尼玛说了一大堆话：

“在这五浊之世，要治理好国家是很难的。这种情况下，你有心事不能随便对人说，连

自己的亲生儿女也不能说。对自己的敌人不能迁就和相信;对自己的亲友,不要过于亲近和赞颂;更不能对民众有什么抱怨。如今,你与国王感情如胶如漆,国王对你爱如掌上明珠,你辅助国政救护民众。

“在这种情况下,肯定有些人心中怀恨不满。他们可能在国王面前挑拨离间,说你的坏话,我劝你要保重身体,这是最要紧的,你特别要警惕贱民美女为首的五百后妃,好在她们如今根本不进宫来,更难说对你亲近了。

“过去,这些王妃们日日不离开国王,与国王亲近异常。国王也十分宠爱她们。如今,她们出于对你的恼怒与嫉妒,这些人一直不满意,你要特别小心预防有人在你的食物里放毒。所以,每次吃饭前,一定要细心检查,不要吃下有毒之物。我劝你一人经常呆在宫里,不要与他人多来往,免得受骗上当。

“我说的都是心里话,你千万不要告诉他人,连国王与侍臣们也不要对他们讲。”

苏吉尼玛听根迪桑姆这么一讲,更加信任无比。她说:“根迪桑姆,你说的真对。我亲生父母也没像你这样劝告诱导。你如我的慈母一样,你对我的恩情实在很深。”

这时,根迪桑姆想:这下子行了。下一步我好对付了。

她又装腔作势地对苏吉尼玛说:

尊敬王后我的女:
贱民美女为首领,
五百王妃全附和。
将你当做眼里沙心中火,
恨不得一口把你吞。
她们可能抬来咒师和巫婆,
将你陷害遣到偏僻深洲去。
望你多加小心来防备,
严防女人狭隘辈。
嫉妒恼怒心狠毒,
望你加倍小心要警惕。
为早防备妖怪之磨难,
先要心地虔诚奉三宝。
勤拜佛僧求尊师,
诵佛修善积福德。
时刻不离隐身术,
小心谨慎避尘俗。

苏吉尼玛听了这一席劝告,对根迪桑姆说:“你说的都有道理。但我要告诉你,我师父

曾赐殊胜之佛身珠串。有了它，我可战胜一切，排除万难。”

根迪桑姆听了，心想：这下子套出了她的隐秘来了。我有办法征服，她暗暗高兴。但不露声色，更加忠诚地对苏吉尼玛说：

昨晚我做一好梦，

果真以你口中出，

主人佩有护身宝，

此宝法力威德量无穷，

望你教我妇女善德行！

苏吉尼玛听完，对她说：“我的尊师严父曾对我说，殊胜佛身串珠不能让他人观看，连恩爱的国王和亲生儿女也不能过目。故此，这一点，我实在不能办到。请您原谅。”

根迪桑姆接着说：“你的尊父不愧是个大修行者。他威德无穷，高瞻远瞩。不仅精诚神法，还能想到人世间种种未来之事。确实了不起呀！尊父说的极是。你若把隐身法轮让国王看，国王又是权力至高无上的人。他若看到宝物，定会下令将此物抢去。其次，不给自己儿女看，也是有道理的。因儿女是继承父母权力财产的人。他们知道此事，定要想法抢去。对我这个无用之人来说，既不能偷到手，也不能抢到手。向您要，您肯定不会给，故我不敢向您请求赐给我一点福德了。我现在只有一点请求，这护身法轮是了不起的，但能不能让我见一眼。这是我内心的渴望，希主人三思。”

苏吉尼玛听到这里，心想：大娘说的也不过分。她对根迪桑姆说：“尊父曾再三吩咐，此物不能给任何人看。但我觉得你可是个例外。但您得先对我发誓：不能对任何人讲出此物。然后，我才给你看。”根迪桑姆发了誓，作了保证后，便亲眼看到苏吉尼玛的护身珠串。

根迪桑姆拿到护身珠串之后，她先把珠串放在额心上，假惺惺地祈祷着：“佛身啊，请赐给我福德吧。”她又把珠串放在咽喉上，祈祷着：“佛经啊！请赐给我一点福德吧。”完了，她又把珠串放在心坎上，祈祷着：“佛塔啊！您赐给我一点福德吧。”接着，她又把珠串放在肋下，向三佛祈祷：“三佛啊！请您赐给我一点胜妙功德吧。”接着，她在内心暗暗地说：“三佛啊！请您保佑我吧，使我能如愿以偿。”

根迪桑姆祈祷完毕，便仔细看看这串珠，看看珠子有多少，珠粒大小，颜色怎么样。看完，便把珠串交还给苏吉尼玛。并虚伪地表示衷心感谢。于是，她便转身出宫，回到贱民美女那里去。这真是：

阎罗鬼徒伪变亲生子，

无敌勇士也得死他手。

奸狡之辈施展花言巧语，

即使有多智多才也受骗。

根迪桑姆跑到贱民美女那里去，将看到珠串的情形说了一遍，又对她说：“你现在还有

权到国库，赶紧到那里去，想法找来几盘珍珠。我已看清苏吉尼玛的护身法轮是一个珠串。我们得做一个相似的珠串，调换她的护身法轮。”

贱民美女听完，高兴异常。她迫不及待地向国库走去，她走得快如飞跑，有如头上着了火一般，长梯子下，短梯子跳，很快便跑到国库里。从国库中端出七盘珍珠。

她们俩人便以七盘珍珠中，挑选了一些像苏吉尼玛护身法轮的珠子颜色、大小一样的珠子，做了一个珠串。

做好后，根迪桑姆把假护身法轮藏于腋下，并同贱民王妃讨论了很多谋害苏吉尼玛的办法。然后，她又离开这里，跑到宫殿来。

那国王仍叫根迪桑姆跳舞唱歌，让苏吉尼玛开心。根迪桑姆照办了。

为了取得苏吉尼玛的信任，她唱完歌又讲了许多花言巧语，让苏吉尼玛听。她说：

“您的师父真是功德高超的修行者，我昨夜又作了一梦，梦见日月照亮我的心窝。又梦见我一口喝干大海，大山也成了我的食物，一口吞了下去。我把天上星星一颗颗串在绳子上。”

苏吉尼玛由于烦恼之故，出现了恶难之兆。她竟没仔细分析根迪桑姆所说梦呓，完全信以为真。

苏吉尼玛便对她说：“你昨晚的梦，真是好梦。”苏吉尼玛接着又把自己父亲的一切情况，告诉了根迪桑姆。她说：“我父是个修行得道的大仙翁，乃功德极高的修行者真好比观世音。”同时，又说了一些她父尊品德高超的地方。

根迪桑姆又假装称赞地说：“啊哟，真了不起呀！”并表示从今以后皈依法身，崇善佛教。同时，她又请求苏吉尼玛说：“请你把身上的护身法轮再让我瞧瞧。我要拿护身法轮祈祷，祈祷早日见到活佛的尊颜。”

苏吉尼玛听完她的话，心想：这个不信佛法，心地不善的人，今日居然变成对佛虔诚崇敬的教徒，这一定是三宝加赐而觉悟的结果。要是她也能成为虔诚的佛教徒，那该多好呀。想到这里，苏吉尼玛很乐意地把自己的护身法轮，从身上摘了下来，又一次交给根迪桑姆。

根迪桑姆表示十分高兴。把珠串一会放在额头上，一会放在咽喉上，一会放在心坎上，进行祈祷。最后，便放在腋下，假作祈祷。

在这一瞬间，她乘苏吉尼玛不备，在腋下将准备好的假护身法轮拿了出来，交给苏吉尼玛，并说：“我现在祈祷完，交还给你。你们王室高贵之人，常易发怒，请你仔细看看，不要以后说搞错了，谴怒于我。”

她把护身法轮交还给苏吉尼玛后，马上离开宫殿，赶紧跑到贱民美女那里去，真是：

丰资多彩圣贤者，

违背尊师前教诲。

轻信甜言自受骗，

全怪女人心地软。

那根迪桑姆偷换了护身宝，以及苏吉尼玛数次相信坏人的事，已传到仙境了。

其实，此事全怪苏吉尼玛听信根迪桑姆的梦话，没有仔细分析。

根迪桑姆所谓“梦见日月照心窝”，意思是国王与王后二人已落到她的手中；

“喝干大海”，就是臣民们将要遭殃；

“吞没大山”，是要挖空国王的财富；

所谓“用绳串星星”，是将大臣与民众抓捕起来。

苏吉尼玛的不祥之兆，早被升天的婆罗门知道，并传通仙界各方。

当根迪桑姆跑到贱民美女那里时，她对王妃说：“我已将苏吉尼玛的护身法轮弄到手了。再不用多长时间，我一定会使你满意，使你达到目的。”说完，她又回到宫殿里来。

国王又一如既往，让她为苏吉尼玛唱歌跳舞。

就在当天夜里，乘他们熟睡之时，根迪桑姆用三十二种毒品配制的毒药，灌进国王、王后和他们的随身侍臣嘴里。只是国王灌得少点而已。

下半夜，她一手拿着套绳，一手拿着匕首，跑到国王、王后等人跟前。

这时，国王、王后和侍臣等人，一个个睡得如死人一般。根迪桑姆便动手，将国王最心爱的身上披着各种宝石装饰的伊波那神象杀了。又将象体分成上下两截，带到宫室里，将象的下身放在苏吉尼玛的右边，将象的上身放在她的左边；将象的内脏掏出来，堆在苏吉尼玛的枕头旁边，又将象血抹在苏吉尼玛的嘴上，好像血从口里吐出来一样。做完了这一切，她便悄悄地退回宫去。

第二天，国王首先醒来。苏吉尼玛还是昏睡不醒。国王见没有苏吉尼玛，便到她卧室里去，只见他最心爱的不可缺少的神象被杀了。而苏吉尼玛的房子里，有如罗刹鬼地一样。

国王见此情景，又惊又怕，后退几步。心想：大修行者曾对我说，他女儿不是人生的。如今见此情景，苏吉尼玛到底是什么样的东西呢？是母夜叉、是罗刹、是细脖饿鬼？到底是什么呢？

照这样看，我继续与她生活在一起，那我们王族便得断子绝孙，我们臣民一定会遭殃的。倒不如干脆早点除掉她算了。

想到这里，国王拔出腰间利剑，准备杀她。

当国王的剑正要砍下去时，空中突然飞来一只鹦鹉，她对国王说：

唵嘛呢叭咪吽。

尊敬的国王且慢着，

听我鹦鹉说一言。

凡事先查清来龙和去脉，

在没有弄清真相以前，

千万不能匆忙去行事，

得牢记象奴与老鸦的经验。

国王听鹦鹉说到这里，反问道："象奴与老鸦的经验是怎么回事，请说来我听。"

鹦鹉对国王说："国王且息怒。先将宝剑插入剑鞘，安坐在垫子上，待我慢慢对你讲。"

国王照鹦鹉所求做了。鹦鹉便开始讲这个故事：

从前有一牧象奴，

赶着象群去林山，

不觉丢了一大象，

四处踪影找不见。

象奴寻找半日间，

又饥又渴又疲倦，

跑到一处山坳里，

碰见一棵香蒲树，

树叶之上积水滴。

象奴叶下等水喝，

半日之久水将满，

看看可取来解渴。

谁料飞来一老鸦，

展翅一扇将水泼。

象奴耐心再等待，

又见水滴续流下，

老鸦再次将水泼，

如此反复又再三。

象奴饥渴又难耐，

气怒匆匆欲发作。

无可奈何将叶整，

摊平树叶接水泉。

象奴执棒积水滴，

又见老鸦飞将至，

象奴用力挥棒打，

叶中滴水被打掉，

老鸦头颅血花溅，

堕地死在脚跟前。

象奴诧异想不通，

只见叶上水溅地，

水洒之物皆死亡，

象奴更是觉惊奇。

他决心寻根问底，

爬山越岭找水源。

不久见到一松香，

松香树下盘毒蛇，

蛇涎毒汁慢慢流，

象奴才知泉水源。

庆幸没喝叶上水，

后悔错打那老鸦。

怎奈事过境已迁，

老鸦之命难救援。

鹦鹉讲到这里，问国王道："你听后觉得怎样?"国王听完这个故事，说道："你说得也是。"于是，他便走到苏吉尼玛跟前，唤了几声，又蹲下去，将她扶起来，叫她清醒。

国王叫醒苏吉尼玛后，苏吉尼玛便对国王说："亲爱的国王，我怎么睡得如此深熟，就像死去一样，连梦都没做一个。"

国王和王后在这一天，生活又照常一样，在王宫里吃喝玩乐。根迪桑姆也照常前来，继续唱歌跳舞。

苏吉尼玛听了一半，再也听不下去了，便对侍臣们讲：

唵嘛呢叭咪吽。

诸位侍臣听我言：

哎哟哟，我全身疼痛难忍受，

哎哟哟，我鞸女佛陀常奉心里边。

哎哟哟，是国王对我怀异心，

哎哟哟，我却又痛苦言说难。

哎哟哟，除此之外无处我找助伴，

哎哟哟，莫非前世因果报应现。

望你们以此当作前车鉴，

从此戒弃十恶多行善。

第二天夜里，根迪桑姆又生一计。她让国王的大臣，杀掉了一位学识渊博、多才多艺的大臣。将此大臣杀完后，分尸两段，又偷偷带入宫殿内，趁苏吉尼玛熟睡时，把尸体的下半

身放在她的左边，尸的上半身放在她的右边；五脏六腑放在苏吉尼玛的枕头上。然后，将死者的血洒在苏吉尼玛的嘴边，伪造她喝血的假象。完了以后，根迪桑姆回到贱民美女那里去了。

次日，国王和宫内随臣们苏醒过来，到苏吉尼玛那里去。发现苏吉尼玛身边又摆了一具死尸。只见那尸体分成两截，尸的下半身放在她的左边，尸的上半身放在她的右边，五脏六腑放在苏吉尼玛的枕头上，似乎她刚喝了人血、吃了人肉。

见到此情景，国王气愤得很。心想：看来，她不是个好东西。留下她后患无穷。我这次非要把她干掉不可。国王拔出剑来，要把她砍成两段。

正在这时，那鹦鹉突然又飞来了，对国王说：

唵嘛呢叭咪吽。

敬爱的国王听我言：

做事之前先调查，

不经调查不要下判断，

就如婆罗门与貘鼬的经验。（佛经认为是口能吐宝贝，故称吐宝兽，俗称黄鼠狼。）

国王听完，不懂其意，问鹦鹉说："婆罗门与貘鼬的故事是怎么回事？讲给我听听好吗？"

鹦鹉回答道："可以，但你必须坐在垫子上，把宝剑收起来。息怒，安坐仔细听我说吧。"

国王照鹦鹉所说去做，静听鹦鹉讲明。鹦鹉说道：

从前有一施加城，

住着织锦婆罗门，

生有小小一孩婴。

婆罗门要上山去打水，

婴孩照管没一人。

东张西望正发愁，

正当左右为难时，

突然来一吐宝兽，

只有把貘鼬来恳请，

暂且代管此婴孩，

回归自当谢此恩。

貘鼬接受此重任，

爬上树杈细观察，

留心守护小儿婴。

此时爬出三毒蛇，
穿梭加害这小婴。
貘鼬见状心中愤，
婆罗门将心来重托，
我守小孩得尽心。
如今毒蛇欲加害，
应该如何来对付，
貘鼬想毕跳下树，
咬死毒蛇地上陈。
貘鼬赶忙寻主人，
跑到山上泉水边。
婆罗门见貘鼬来，
心中十分费疑猜，
见她嘴边粘鲜血，
肯定貘鼬伤小孩。
一气之下举棍棒，
打死貘鼬实可哀，
主人回家看清楚，
安然活泼小孩在。
旁边躺着三死蛇，
见此情景心不安，
悔不该错打吐宝兽，
奈何貘鼬再也不生回。

鹦鹉讲完这个故事，问国王有何感触？

国王听了鹦鹉讲的故事以后，觉得很有道理，便放弃了杀苏吉尼玛的念头。

是时，他命人将苏吉尼玛身边的那些脏物清掉，又叫醒苏吉尼玛。

当苏吉尼玛起床时，国王问她："你做什么梦没有？"又领她到宫殿阳台上，进食了丰盛的早餐。

苏吉尼玛对国王说："尊敬的国王陛下，我昨晚睡得像死去一般。也做了许多噩梦，梦多而且乱。到底做了什么梦，我现在也记不起来了。不过此时，我又感到体质比前虚弱多了，七窍六脉也不能畅，饮食也无味。我身上可能受到污浊之物玷染，或者中了晦气、邪气。"

国王听完，与王后议论着这到底是什么原因？但最终还不知所以然。

在贱民王妃处，根迪桑姆和厄白婆嫫二人也正在说此事。

根迪桑姆说："我第一次杀了神象，布置了假现象：第二次又杀了大臣，并把尸体摆在苏吉尼玛身边，但怎么也引不起国王的注意。他们仍然是亲热地谈笑风声。今天，我得一不做、二不休，要做一件比以前更厉害的事，让国王瞧瞧。"

正当太阳升上头顶接近中午的时候，根迪桑姆又带上乐器，来到宫殿。国王一见她来，说道："好一个根迪桑姆，你真会挑日子啊！今天既然来了，那就再跳舞唱歌吧，让苏吉尼玛听听，哄她开开心吧！"

就这样，根迪桑姆又是唱又是跳，与平常一样。

正在此时，有先知能说会道的鹦鹉飞到国王达唯森格的面前，对国王和大臣说道：

唵嘛呢叭咪吽。
黄铜色的金宝贝，
箍在白螺般的门眉边。
艳红珠砂之门上，
用细纱打扮门面。
世间稀有的苏吉尼玛身旁，
已失宠的王妃正在捣乱。
如今将天上日月摘落地，
威严的大海被搅翻，
雄伟的高山在头顶游转。

根迪桑姆听鹦鹉一说，心想：这该死的鹦鹉，你迟早会暴露我的秘密。于是，她十分勤快地奏起十二弦宫乐，唱起悦耳的歌曲，跳起优美的舞蹈。国王、王后和大臣们乐滋滋地观看她的表演。

这时，国王对鹦鹉讲："鹦鹉儿，你看过如此精彩的节目没有？"

鹦鹉答道：

唵嘛呢叭咪吽。
敬爱的国王听我言：
我看过胜此十倍的表演，
口中无齿又露獠牙，
是五岁的老太婆表演。
老太婆拉拽火焰做线轮，
她用流水还能纺出细线。
如此奇幻特别的节目，
你们说精彩不精彩？

大家听完鹦鹉的话，非常生气，觉得鹦鹉胡言乱语。嘴中无齿怎能露獠牙？哪有五岁的老太婆呢？谁又把火焰当线轮？又有谁能用水去纺线？真是乱说一通。

国王与侍臣讲："我们不听了，真是胡言乱语，还是看根迪桑姆的表演吧！"

大家不理鹦鹉，一心一意地观看根迪桑姆跳舞唱歌。这时，鹦鹉又开口说：

诸位且听我一言：
我从去年便预知，
报告你们未来事。
如今已是成灵验，
不用多久又有节目出。
精彩的表演在后头，
若被妖魔演技所蛊惑，
日后后悔那已晚。

鹦鹉说完，便飞回宫去。

这一天，根迪桑姆又是唱又是跳，一直到快天黑的时候。

到了天黑，她便将有三十二种毒品配成的药物灌到国王、王后及侍臣们的嘴里，尤其是给苏吉尼玛的药，更是加重灌上。这完了以后，她便到贱民王妃那里去。根迪桑姆对她说："我们不加紧行事，迟早得被鹦鹉所暴露。我看，今天晚上，就得想法结果她的性命。"

她们商量以后，根迪桑姆对厄白波嫫说："今天晚上，将二太子达唯雪努杀掉，尸体就摆在苏吉尼玛跟前。这样，国王肯定铲除苏吉尼玛。但要杀死达唯雪努，不知您是否心痛？"

贱民美女对根迪桑姆讲："根迪桑姆大娘，只要将苏吉尼玛除掉，我什么都愿干；只要留下我、国王和你的性命，我便干什么都行，其他一切都可以抛弃。我希望你早点动手。要是能把苏吉尼玛杀掉，我保你荣华富贵。"

当天夜里，到三更天色，根迪桑姆又悄悄踏进国王宫殿里。只见下了毒以后，宫中大小侍臣们都中毒倒地。有的仰着睡，有的趴着卧，一个个鼻涕、口水不断流，有的还在地上打滚。见到此情，她又不放心，悄悄进入国王达唯铁奔的屋里。她见国王熟睡不醒。于是，她轻轻将六岁的二太子达唯雪努抢了出来。她看这二太子长得漂亮可爱。但是，狠毒的根迪桑姆还是将他带到苏吉尼玛卧宝之中，动手砍成两段，又把太子尸体上身放在苏吉尼玛右边，下身放在苏吉尼玛左边，五脏放在她枕头上；又取了公子的血，涂在苏吉尼玛的嘴上。看上去，好像喝了血一般。

这时，她看看事情完了，心满意足，内心想这一次肯定会达到目的。于是，她安心地回家去了。

第二天天亮，犹如"杀子父心痛"一样，父王达唯铁奔醒来，感到心区痉痛，很不舒服。突然，发现身边的儿子达唯雪努不在。他赶忙起床，四处寻找。也上宫顶去找，却没找到。

最后，便来叫国王达唯森格，二人一同来到苏吉尼玛卧室。

一进屋，发现自己心爱的儿子已被杀在这里，尸体内脏分成三处，也见苏吉尼玛嘴上有血迹。

见到这种情景，父子二人愤怒悲痛至极。国王达唯森格马上拔出宝剑来，准备杀死苏吉尼玛。

这时，鹦鹉又不知从何处飞来，出现在国王面前，对达唯森格说道：

唵嘛呢叭咪吽。

国王且慢听我言：

事必调查才决定，

不经查明不要轻判断，

正如国王和鹦鹉的经验。

国王听鹦鹉这么说，心中实在太气愤了，不再如过去一般言听计从，说道：

年轻猎手曾经把我骗，

我与嗜血妖女结成伴。

当初杀我神象时，

就应把她来斩首。

又怪我轻信鹦鹉的花言，

后又再次受你的诱骗。

如今宫中尸成堆，

惨绝人寰岂能忍！

我再不许你妖言来惑众，

还要将你这诈骗的恶禽，

一并送到阎罗王面前。

国王说到这里，又从剑鞘中拔出剑来，一剑砍去，正中鹦鹉脖子。鹦鹉一命呜呼，坠落地上。

接着，国王便转到苏吉尼玛跟前，正待挥剑之时，国王见苏吉尼玛的面额，如此秀雅艳丽，实在不忍下手。

这时，他将剑交给父王，对他说："儿曾历尽千辛万苦，把她接到宫来 。对她曾长时间相恩相爱。今日，叫我亲手把她杀了，实在于心不忍。请父王处决她吧。"说着，国王将剑交给父王。

父王达唯铁奔，来到苏吉尼玛面前，正抬手要砍下去，他也见到苏吉尼玛容颜出众，实在不忍下手。

怎么办呢？二人又走出宫室，回到宫殿里来，召集侍臣们议论合计。

当时，一部分侍臣认为：不要杀她，将她送回原处。另一部分侍臣认为：不要杀她，将她流放到偏远之地。又有一部分侍臣认为：这样一个王后，世间难得，不如把过去发生的一切，归罪到其他人身上算了。

在各方意见不一致的时候，最后，有几个奸臣，以吐即热巴江（藏文意思为，心地狠毒的散发者）为首的大臣认为：苏吉尼玛实在太放肆了，根据她的罪行，应把她拉到三岔路口，将她的肉与血喂狗与野兽。但我们估计，二位国王不忍心如此做。故我们建议：从这里往东南方向三天路程的地方，有一地名叫查措其洼（藏文意为血海翻腾）的天葬场，那里是个阴森可怕的地方。

“在那里，凶暴的恶鬼进进出出。饿死鬼夜游四方，鬼火四射，豺狼野兽嚎叫，野人鬼魂惨咽，毒蛇穿梭。每日每时都将发生把人的灵魂摄走的事情。

“这是一个尸首成山、死尸复起、恐怖至极，使人听到毛骨悚然的地方。

“我们建议派三个刽子手，将苏吉尼玛押送到那里去。

“要派三个刽子手去，得重重奖赏，用国库财宝三分之一赐给他们三人。

“如果不这样做，我们国家将有亡国、国王将有夭折的危险。”

奸臣说完，在座的国王、太子、大臣都同意这个办法。当即选了三个差夫，将苏吉尼玛交给他们，并吩咐道：“一定要将她送到查措其洼那里去。如若按照吩咐行事，回来以后，可得国库财宝三分之一的奖赏。”

三个刽子手领命之后，来到宫中，将苏吉尼玛两手反缚，又将她身上所有衣服脱下来，卸下所有装饰，用粗黑布遮住她的下身，脖子上套上绳套，手拿刺树枝，枝上尖刺极多，边走边打苏吉尼玛，边走边赶，连拉带拖。

苏吉尼玛和三刽子手走出宫殿时，突然出现种种不祥之兆：日月无光，无忧树（神话中的神树，像菩提树、如意腾之类）树枝低头哭泣；各种莲花，像白莲、红莲、睡莲等各自凋谢；果树林里落叶掉果，果树干枯欲死；具有八功德的泉水干涸断流；整个草坪也变黄发干了；歌声动听的迦陵突嘎鸟，也用自己的翅膀打自己的胸部，都伤心地哀鸣着；豺狼野兽从四面八方赶到城郊岔路口，一只只凄厉地嚎叫着，周围恐怖至极。

见到此景，臣民们都痛心疾首。纷纷议论着：“我们这个地方，从来没有出现这种不吉利的事，看来这种情况是恶兆的表现。也许对国王、王后的生命有威胁。”

大家十分担心，不约而同地跑到国王宫门之前。

当臣民们见到凶狠的三个刽子手，正押着苏吉尼玛，边走边抽打时，极度痛心。有的捶胸顿足；有的愤怒地摩拳擦掌；有的在地上打滚，痛哭流涕；有的气得昏倒在地；有的人站在那里，目瞪口呆，不省人事。

总之，由于苏吉尼玛遭受虐待，所有民众陷入十分痛苦的境地。

那三个刽子手毫无怜悯之心，将苏吉尼玛边打边拖地带过来。苏吉尼玛非常痛苦，难

以忍受。对民众说：

唵嘛呢叭咪吽。

聚集于此众臣民，

你们听我说一言。

哎哟哟，浑身疼痛难忍受，

婢女从没作过亏心事，

如今国王怀疑我，

我有苦难言真痛心。

哎哟哟，一旦离此地，

我再找不到救助人。

这莫非是我前世因果的报应，

望民众以我为借鉴，

行善弃恶要谨慎。

聚集在这里的民众中，走出一个人，那是足智多谋的人。他对苏吉尼玛说：

唵嘛呢叭咪吽。

美人秀丽又迷人，

是我臣民之王后。

你这么离开众臣民，

卸下身上各珠宝，

离开伴侣别友亲。

可恨刽子手太凶狠，

粗绳将你全身捆，

脖上又套黑索绳。

细白柔软的手足，

戴上手铐和脚镣，

到底你有何罪孽？

他们摧残竟如此狠心。

法王是否被妖惑？

你内心忍受千般苦，

眼里流出带血之泪，

你虽有知觉早没了魂。

你那矫健身躯左右晃，

如此折魔总是有原因。

我等甘愿献出家中有，

解救我们的好王后。

你究竟犯了何等罪，

快快告诉我众臣民。

苏吉尼玛答道：

喻嘛呢叭咪吽。

聚集在此众臣民，

请听我来说一声。

婢女从没做亏心事，

罪恶何来我不清。

受了折磨才明白，

是因未奉法静修行。

跑到人世招祸生，

人生如何不由己，

积财蓄富有何义？

终身伴侣无良心，

新交朋友不知羞和愧，

愚昧之徒无信用，

我要道明此实情，

便是如此与这般，

只望路旁诸民众，

虔诚佛法作善行。

正在这时，国王达唯森格站在宫顶楼上，见到全城民众，围着苏吉尼玛痛哭流涕；又听到民众痛苦之言，他心中也十分难受。于是，便从楼上下来，朝苏吉尼玛方向走去。

民众见国王下来，便走到国王面前说道：

喻嘛呢叭咪吽。

万众之主听我言：

自寻苦恼六轮世，

自割己肉自己吃，

唯有恶鬼才如此。

对己敢下恶毒手，

只有飞蛾才扑火。

自掏心肝拿出来，

热腾心肝交阎罗。

此等奇事世上也首次见，

请莫把王族声誉都埋没。

这时，国王周围的奸臣，听到民众如此说，内心十分气愤，马上对国王说："尊敬的国王陛下，我主与女性结交一辈子只有一次。如果后悔，推翻以前的旨意，那是国法不容情的。正如寓言所说的一样：对罪犯，法官不饶恕；造孽的人，佛僧也不去救。国王说出的话，驷马难以追回，这是法律明文规定。国王陛下如果久留这里，一定要中邪，不如赶紧回宫为好。"说完，奸臣们硬把国王拉回宫内。

这时，苏吉尼玛在想：当我将要被流放临行的时候，民众们责骂国王，以后是否连累众爱民呢？于是，她对大家讲：

唵嘛呢叭咪吽。

以往此地众居民，

种姓低劣行外道。

如今盛行佛法行内道，

于此犹如百花园。

渴望教诫的民众，

犹如虔诚的群蜂。

正当聆听佛妙言，

忽遭到骨黑风严霜打，

莲花凋谢蜂群散。

国王被奸邪所迷惑，

犹如乌云遮住青天。

苏吉尼玛落人阎王手，

乃国王无能智昏愦，

愿我此去不再连累人。

臣民们听了苏吉尼玛一席话，更加痛哭流涕。又对苏吉尼玛说道：

唵嘛呢叭咪吽。

你是我们五浊之主人，

又像孤儿之母亲，

恰似养活乞人的施者，

是赐幸福的如意宝主。

你抛亲众生去何处？

驱散了乌云的阳光。

你究竟欲前往何处？
解救民众之太阳。
你到底打算走向何处？
今后失去慈母的儿女，
谁还能成为我们心之依附。

民众听完，又伤心痛苦，苏吉尼玛见此情，不觉流下泪来，从心底可怜这些民众。她深有感触地对他们说：

唵嘛呢叭咪吽。
拯救众生唯三宝，
可靠依托独三宝，
诚奉永恒之三宝，
一心一意虔敬佛法僧。
救众生之主的永恒三宝啊！
请您同情有良心的臣民。
用泪水向佛献沐，
两腮泪水流成线。
两手拽断头发丝，
青丝断落如撒花。
双拳捶胸似击鼓，
嚎咽哭破众喉咙。
身躯不稳左右摆，
在这痛苦之地方，
舞跳着忧怨和悲愤。
看这无人保佑之民众，
请发慈悲保佑他们吧！
求您时刻不忘救众生。

就在这个时候，那三个押送苏吉尼玛的差人，将她缚得紧紧的像牲口拉车子一般，对苏吉尼玛连拉带拖押向天葬场——查措其注。

在场的民众议论着：既然苏吉尼玛不能再活在人世，我们这样生活下去也没有意思，不如跟着她一起死去。

这样，城中民众便跟随在苏吉尼玛后面，走向天葬场去。

走着走着，在大群民众中，有的因贪恋人世而落伍，有的极度疲乏而掉队，有的干渴饥饿而没有跟上。尽管有这样那样的人掉队，但还是有许多人跟随苏吉尼玛走完了两天

路程。

这时，因押送的刽子手也极度疲累，而不得不在半道住下来歇息。

住宿的当天晚上。跟随苏吉尼玛的民众，便跑到苏吉尼玛面前来，对她说：

唵嘛呢叭咪吽。
身躯如纯洁的雪山，
声如灵谷妙音悦耳。
心地善良如太阳，
衣若大海能使五谷丰，
人是如意宝百求必应。
尊敬的王后听我们说，
如此艳丽矫健之美女，
身躯细白柔滑又芳嫩，
差人们切割喂鬼心怎忍。
像我们身躯黑瘦的贱民，
有什么值得留恋此人生？
要死我们同死，
或者集中我等身上物，
送给三个刽子手，
求情放我们一起去逃遁。

苏吉尼玛听了民众这么说，回答道："诸位父老千万不要这么说。我这次惨遭毒害乃是不由己。你们万万不要往死里想。暇满(宗教名词，得人生的意思)难得，不可枉费。不必要的自杀，会带来无限痛苦，也不必要舍财物求刽子手，他们绝不会答应这件事的，他们可去领取国库三分之一财宝，怎么会要你们的东西呢？

"再说，你们这样做，对今后国王执行国法会带来不良后果。何况三个刽子手接受你们贿赂的话，回城以后，一定会受法律制裁。我们不能为自己生存而造孽了。我劝你们还是回去，好好服从国王指令，要敬老养幼，扶助亲友，安份守己，大行善业。

"我一人死去，你们不必如此伤心。假如你们真心爱我，那我求你们今后为我多祈祷三宝，为佛僧供施，解救贫寒之民。

"你们回去以后，要尊奉道高功深的尊师。在他那里，求得教戒，自己认真求得教旨。如果你们照我说的话去做，那我便心满意足了。"

在场的民众，听完苏吉尼玛这一席话，更加嚎啕大哭。有的痛哭流涕，吐出鲜血；有的哭得昏死在地；有的捶胸痛骂。

过了一会儿，民众们又上前对苏吉尼玛说："尊敬的王后，您真的不让我们跟您同艰苦

共患难，在那即将诀别的时候，请赐给我们几句如何超脱轮回生死的教戒吧。”

苏吉尼玛马上答应，对民众们说道：

唵嘛呢叭咪吽。
教训之中得经验，
我受此难可借鉴。
人到落入阎王手，
万种事物皆空幻。
亲人好友有何用？
完躯财富有何用？
随从百姓有何用？
父母儿女有何用？
宫殿庄园有何用？
伴侣爱人有何用？
一切犹如水上泡。
亲人善友不顶用，
身躯财宝不能助。
随从百姓也枉然，
双亲儿女无作为。
宫殿田庄算白费，
伴侣爱人也无用，
一切乃是一场梦。
正因一切皆空调，
如有闲暇造罪孽，
不如虔诚崇佛僧。
诸位民众请听我言：
爱梳妆的同龄女性，
在女人中多舌又癫狂。
在异性中恶言漫骂，
善诈骗挑拨和离间，
似野马奔向那四野。
吝惜贪恋想获摘春宝，
想使众女性为友伴，
又图众男人为己占。

在人世主妇有何用？
看我的结局便了然。
诸位父老再听我言，
能使你等知其理，
凡有需反省错误事，
请看国王达唯森格。
娶一妻子嫌不足，
为寻欢占五百王妃，
使得众人都痛苦。
若能从小出家静修习，
一心虔诚佛法为前途。
诸位民众父老和姐妹，
请看一生瞬间逝，
即使金刚释尊也有寿终日。
功德高超的男女修行者，
生命再长也终有限制期。
敌我友都是世上之佣人，
终将在阎王殿前审是非。
尤其我苏吉尼玛一弱女，
今日能与你们在一起，
经由那无情的刽子手，
带我上葬场血海沸。
千刀万剐喂禽鸟，
半根毛发骨头都不遗，
留得空名长了也无声息。
凡是尘事便如此，
你们定要想仔细。
除非神圣之佛法，
其它一切何意义？
若能真正认事理，
才会漫漫路不迷。
要知何日能离世，
凡人实难先预料，

难说明年能否留人间。

当你们最后离被窝，

吃粗饭脏水解饥渴，

上下喘气不能接，

目不转睛瞧亲眷，

翻了白眼一片黑，

神智混乱无知觉。

隐约预感将要离人世，

路经中阴关来到阎王殿。（佛经轮回之说中，人的灵魂要到阎王那里去，中间之路四中阴关。）

无亲无友独自一人行，

经受难忍六苦刑。

如此灾难能忍受？

你们仔细想一想，

当你走向阎王处，

连那身躯也难入阴。

唯有灵魂见阎罗，

不由自主独前行。

终因前世造罪孽，

必经那个“六道众生”。（妖、飞人、人、偿生、恶鬼、地狱）

走向恶趣、恶道、恶土之三土，

要过烧、煮、剐、剥的灾厄，

你如何熬过此一程？

进到那恶鬼牢狱中，

得经饥、渴、困三关口，

你敢前去又怎能忍？

如若进到畜生狱，

又得经受哑、役、压三罪，

你能受此阴间刑？

今世虽然生人间，

仍然遭受苦与难，

若能超脱轮回生与死，

该是何等乐与欢。

诸位民众父老们，
在此之前如何奉佛法？
违反教规造何孽？
一切都得细反省。
从今之后对那不善心，
应该憎恶与痛恨。
我教你们避恶趣，
能否理解信与疑，
不必害怕邪魔夺你命。
我讲无常有办法，（超脱六路，修行得道，领悟佛义）
无须害怕身躯受灾星。
我讲人死难测的道理，
不必日日惊怕会丧生。
诸位民众听我再细说，
不积德而向往成正果，
不造就二资粮而想超脱，
虚伪欺骗是自骗之恶性，
万万别做此等无聊事，
脱离世间最为宜，
寻找超脱路光明，（起色之心，行善供施、心满意足）
若走不成超脱路，
也莫带着羞涩之心归地阴。（后悔之意。虽无行善供施，也不要背信弃义造孽。）

如若此项行不通，
也别带后悔之意去投生。
你们各按实情自行事，
在那时将众生当父母。
为众生发菩提之心，
与三学（戒学、完学、慧学）而取皈依。
为自身能解脱轮回苦，
要具备六戒（布施度、指戒度、忍辱度、精进步、禅完度、智慧度）正勤行。
为他身能解脱轮四苦，
要具四摄施（布施、爱悟、利行、同事，即结别人布施，利于他人的语言和行

动；做事不仅自己愿意，而且也同别人愿意之事）正勤行。

勤读、聆听、教旨要彻底，

我或死或活遗留几句。

苏吉尼玛讲完之后，在场民众得到格外深刻的教旨。大家心满意足，异口同声对苏吉尼玛说：

唵嘛呢叭咪吽。

众生救主智慧佛母，

我们获得珍贵的教诲，

一定牢记并付之行动。

求您不管走到何处，

总要发仁慈保佑众生。

这时，聚集在这里的民众父老们，纷纷议论着："如此功深德高的人，但都没有能得到佛经所说成道的机会，实在太可惜了。"

接着，众生对苏吉尼玛讲："如今把您那如仙女般的细白娇健的身躯来千刀万剐，实在可惜得很。"

苏吉尼玛说："你们不必认为我命苦。我现在死也没有什么后悔。"接着，她又说：

唵嘛呢叭咪吽。

向纯真可信的三宝祈祷，

我婆罗门女扪心无愧。

曾于尊师面前正勤"闻、思、修"，

后又引国王入佛法光明道。

仁慈爱民救助众生，

今日即便死去我不悔，

望民众今后也做无愧事情。

灾难临头痛苦时，

舍己分担他人之忧愁，

尽我心发仁慈自觉快慰。

赴刑场我从不悔恨，

望民众日后不做亏心事情。

从没考虑个人得和失，

专心致志为他人谋福利，

这便是发菩提心之根本。

赴刑场我从不后悔，

望你们日后不做亏心事情。
哪怕人人都作我之敌人，
我仁爱之心也笑脸迎奉，
从来不放弃忍辱之心。
赴刑场我从不后悔，
望你们日后不做亏心事情。
以仁爱心所救助的民众，
以嗔感之心对我愤怒加恶言，
我也从不计较笑脸来迎奉。
赴刑场我从不后悔，
望民众今后不做亏心事情。
愚蠢志迷法理难领悟，
执迷不悟之人勿识真谛。
在这迷惑的五浊之中，
我要精诚认悟佛之本性。
赴刑场我从不后悔，
望你们今后不做亏心事情。
一切佛法要以觉悟导师来领路，
支持真实存在者难入正道门，
不求探询虚传只能留空名。
空见论者也要连根除，
佛经旨意不能自我守舍时，
毁来灵魂假托之身躯，
确也无须去同情怜悯。
我将赴刑场但不后悔，
望你们今后不做亏心事情。

众百姓听了苏吉尼玛这一席话，更加崇敬苏吉尼玛，也更加憎恨轮回。他们开始发菩提心，并对苏吉尼玛说："您已给我们讲解佛法的本意，也施许多珍贵的教诲，使我们深受其益。并坚信佛法之真谛。"

他们还继续请求道："希望您再给我们祈祷，祈祷我们所有的人今后转世，都和您在一起。求您再祈祷，我们未来所有转生都能在您的周围。"

苏吉尼玛答道："端详福喜之言，是祈祷而成的。我愿意为您们祈祷。"

唵嘛呢叭咪吽。

十方所属殊胜佛，
所有佛子、独觉圣者，
尊师、慧母、护法神，
大雄、佛母、婆罗门，
我向您们祈祷求赐德泽。
在三宝尊前敬拜，
以三门虔诚磕头顶礼，
向您供施敬奉并忏悔，
您大慈大悲行善业，
一心一意转正法轮。
向您这超脱忧苦者祈祷，
我之世所积福之贱躯，
被那丑陋凶狠刽子手，
紧捆死缚松不得。
手持屠刀欲对我万剐，
奈何我已张开二谛口，（胜义谛、世硕谛）
露出般若的獠牙，（佛教用语，智慧之意）
挥舞着“闻、思、修”利剑。
我想这三屠夫，
此时此地缚我身，
四肢戴上手铐与脚镣。
未来我也用启发醒悟之镣扣，
缚住他们根门和灵魂。（根门，佛教用语，五千感官）
今日他们向我投囚衣，
怒目盯我送到天葬场。
未来我将对他们，
披上修善防恶衣，
将仁慈之心从峡谷找出来。
现在他们带我上刑场，
将我千刀又万剐。
未来我定附他们身上，
三毒（贪、嗔、痴之毒）罪恶之源消灭之。
这帮奸妄女（女群，女性之群，指五百王妃）挑拨又离间，

致使我与达唯森格情不和。
未来我定使她们在轮回三土中，
令她们恼怒、厌世永与三土分离。
此时将我赶出宫殿外，
这屠夫送我到可怕的天葬场。
来日我定将王与臣，
请出宫殿交给功深高僧之手，
带到智慧的平原，
行至超脱忧愁涅槃界。
为我嫉妒、恼怒、仇恨、毒悔，
遭受百般痛苦之众生，
我定发出菩提心，
用三门所做之事情，
誓要修行同事救众生，
愿三宝保佑下贱人。
以三宝加赐与我的笃世乐欲，
来救助造孽众生解脱恶趣之磨难。
为我悲泣紧相随之民众，
我们未来法力引向善趋正道。
直到大晓悟兴奋手舞足蹈，
直至众人解脱成佛前。
凭三宝神圣之谛灵，
还有我笃世欲之力，
引导他们作财物布施，
受持斋戒爱语利行四色事周围。
使诸人受戒走向三学境，
愿盼祈祷一切都如愿。

苏吉尼玛祈祷完毕，接着对周围的男女民众说："此刻我们真要分别了。我要继续往前走，希望你们不要阻拦我往前走的路，让我顺利前行。重要的是你们回去要虔诚佛法，不要违背教旨。你们如果要跟我一起，再走一闻纪（闻纪是印度古时长度单位。一闻纪等于二百五十市尺）路的地方，那里有老虎、豹子、熊、豺狼等这些野兽是要食人的，这是十分可怕的地方。再往前走一闻纪路，又有老鸦、鹫鹰、猫头鹰等各种食尸鸟，这些鸟将会把你们的眼睛啄掉，把你们的脑汁吸干，真是可怕。又走一闻纪路的地方，各种毒蛇在地上穿梭，所

放毒气如乌一般密集，毒蛇会使你中毒发热夺去性命，实在可怕至极。又再走一闻纪路，有许多凶猛可怕吃人肉的罗刹，它们会把你一口吞下去。继续走一闻纪路，有一地名叫查措其洼的血海翻腾的葬场，这个可怕的葬场，是众生归福之地。这个可怕葬场的周围，有魔鬼、罗刹、妖怪、凶神、群魔，又是遍地凶猛禽兽。如你们跟我往前走，妖魔鬼怪、飞禽走兽一定会夺去你们的性命。所以，我劝你们不要跟着我走，各自回去吧。这三个刽子手，是为送食到葬场给鬼魅吃食的，所以，他们可以不被害。”

苏吉尼玛说到这里，那三个刽子手气势汹汹地、如鹞鹰架小鸟一样，将苏吉尼玛带到血海翻腾的葬场去。

这时，三刽子手中的两个年轻刽子手，慢慢发生动摇，他们见苏吉尼玛如此可爱漂亮，实在不忍心下毒手。他们对老刽子手说：“我们二人不想杀害苏吉尼玛，你自己去干吧，以后国王有赏赐，也归你自己所得。”老刽子手答道：“既然你们不敢杀他，那我自己来动手。”

老刽子手说完，提着刀上前，想把她杀了。但到了跟前，见苏吉尼玛确实艳丽多姿，也不忍下手，便返回来对两个年轻刽子手说：“我实在也下不了手。”那老二见说，回答道：“这怎么办呢？你我都不杀，那不是交不得差嘛，我们俩一起来吧。”

他俩人提刀走到苏吉尼玛跟前，两人没有勇气下手，折了回来。

这三人都不敢下手，只好在一起商量。他们合计：我们三人都不敢杀苏吉尼玛，那不仅得不到国王的奖赏，而且要被捉拿问罪，不仅自己受到处罚，而且要连累一家老少。此事非同小可。

此时，老刽子手出主意道：“既然我们都不敢杀她，那我们将她放在葬台旁，让鬼怪猛禽凶兽把她吃掉算了。”

三人认为老大刽子手的主意有理，便在天快黑之前，将苏吉尼玛的手铐脚镣去掉，脱下她身上的衣服，把她安放在血淋淋的巨石上。

他们又将苏吉尼玛的四肢紧紧拴在四方的藤楔上，使她不能动弹。

做好这一切，三刽子手便退到离葬台二闻纪的地方，蹲在岩檐下面，观察动静。

此刻，苏吉尼玛“六类一味”（佛经上为六平等，即转寻思为道用、转烦恼为道用、转疾病为道用、转灵魂为道用、转痛苦为道用、转死为道用）地念诵“可行论”（佛语，意为如菩萨行为的理论），又继续祈祷道：

唵嘛呢叭咪吽。

赐以恩惠佛法僧三宝，

我如愿以尝终究到此地。

佛法行母护法神，

请保佑我五脏本体无损伤。

今夜阎王来追捕，

今宵还请业缘宿债，
今晚有寂骨肉分，
今夜晚请施舍血与肉。
从那高高的天界，
直到那十八层地狱。
天王帝师众行母，
邪魔一千八百个。
厉鬼三百六十个，
天神龙王魑魅类。
肉食罗刹鸠盘茶，（一种鬼）
大腹行的饿鬼群，
统统前来分舍食。
想吃肉的割肉去，
想喝血的来喝血。
愿啃骨头捡我身上骨，
这血肉当祭祀品。
善使佛子心满足，
使六道众生解得饥渴苦，
使我业缘宿债从此清，
使天道众生无垢适悦尽享受。

当苏吉尼玛祈祷完毕时，这里已经围上了许多恶鬼、猛兽和凶禽，它们不但没有吃食苏吉尼玛，反而是像虔诚的教徒聚精会神在听尊师讲经一样。

它们有的在磕头，有的尾随转圈，有的向苏吉尼玛供施敬奉，有些在她面前忏悔自己的罪孽，有的在颂扬苏吉尼玛的功德。

第二天天刚亮，三刽子手走近前来看苏吉尼玛是怎么回事？他们边走边想，大概苏吉尼玛被吃得一无所存吧！但他们走近一看，大惊失色，只见那罗刹、恶鬼、熊、虎、狼、豹、狗等禽兽，都聚集在苏吉尼玛身边。

他们三人走近，这些恶鬼、凶兽与猛禽，憎恨地扑过来。此举是一反常态的，以往他们这些刽子手如送人到天葬场，那鬼魅、禽兽是十分高兴的。今天，都是张牙舞爪，怒目盯视，吼叫猛扑。

这时，三刽子手商量着：如今，我三人都不敢杀苏吉尼玛，连鬼魅禽兽都不敢吃她，反而尊敬地跪在苏吉尼玛面前。我们如果不杀苏吉尼玛而回去，不但不能得到国王的赏赐，而且会受到处罚，我们不如远走他乡。

商量到这里，三人便走到苏吉尼玛跟前。首先，把拴在藤楔上她的四肢松开，并对她说："我们三人商量好，你原先从哪里来，便到哪里去吧，我们三人实在不敢杀你。我们只好远走他乡。但还希望你为我们祈祷一番。"

苏吉尼玛便接受三个刽子手的要求，为他们祈祷起来：

唵嘛呢叭咪吽。
我在之世行善积德，
愿之屠夫俗子断灭烦恼五毒根，
能以之门虔诚行善业。
我四人以我作善业之根，
愿在中阴精通论"四谛"。（苦谛、集谛、天谛、道谛）
终于实现"四身成果。"（性身、智慧法身、受用护身、变法身）
行四身为众此利义，
对一切有情众生，
指点灭徐五毒人法，
引向大东五道之上。（资粮道、加行道、见道、修道、天学道，统称五道）
取得善逝立身五变。（立身五变，成佛后能行五变，身、语、意、德、业五变）
从此生死轮回中，
愿和你们永远不分离。
舍弃恼怒嗔恨心，
互相和睦又亲善。
虽然在此人世间，
众生受烦恼障之苦。
但愿消除嫉妒烦恼气，
如亲兄弟般和睦共处。
托观世音菩萨之福，
永享法蕴的欢乐，
互相爱护上正道。

苏吉尼玛为刽子手祈祷完毕后，紧接着答应三屠夫从轮回世间之牢解救出来，引向忏悔灭罪成佛之路。

苏吉尼玛说完，三屠夫早把从苏吉尼玛身上卸下来的装饰品和脱下的衣服还给她。同时，他们三人接受了戒十恶之律业。

从此，他们解脱不善之事，奉行善业。他们和苏吉尼玛分别，各自远逃他乡。

苏吉尼玛也向自己父亲修行的方向走去，希望能和父亲重新相逢。

[至此，苏吉尼玛传记的第二大段就讲完了。以下便讲第三段：

驱散乌云，重见太阳。

唵嘛呢叭咪吽。苏吉尼玛回到父亲修行的密林之中，她眼前见到的：

过去，各种果树结下丰硕果实，如今枝叶枯死，树干有如人死后的骨架立着。

过去，有歌声悦耳的迦陵宾嘎鸟，现在这些可爱的鸟儿，也远走高飞，一个不留。

过去，有八功德泉水，而今泉水干涸，只剩下一个大窟隆。

过去，这里有优婆罗花和莲花盛开，如今花凋叶枯。

这时，林中风沙四起，昏天黑地。苏吉尼玛迷失方向，不知所措，她只好躺在败叶中休息。她想：我老父亲莫非被邻国的国王、富人、官员请去供施；也许是大修行者离开此地，到更幽静的雪山上去。她越想越迷惑不解，只好来找父亲以前的茅庵。

当苏吉尼玛找到茅庵时，只见一切都变了样，茅庵败破快塌。她走到里头一看，过去，父亲所用的法器、法铃、长腰鼗鼓（宗教乐器之一。两面鼓皮间有绳连缀，可松紧，以调节音调、鼓腰部较长），以及法衣都留在里面。特别是法衣，已是一半埋在朽叶沙土之中，发霉结起绿珠。

父亲过去所有的经书，犹如乱茧一样散布在地上。见了此情景，苏吉尼玛心想：

看来，父亲并非被邻国国王、富家、官员请去供施，而肯定早已圆寂了。

苏吉尼玛想到这里，便到各处去寻找，看看是否能找到父亲的尸体。

她内心极度痛苦，泪水犹如雨下。边找边作祈祷。

唵嘛呢叭咪吽。
正德双运的尊师啊，
无比仙尊我的慈父。
你弃女儿乐于在此永恒金刚界，
你无论在色究竟天或空行刹图，
也得救护我收容恩养，
祈怜悯加持赐福，
使我能投明弃暗。

苏吉尼玛祈祷到这里，又继续痛哭流涕，哀鸣大叫。

正在这时，在父亲婆罗门的茅庵里，突然发出一道红光。这彩光便流射到旁边母鹿的脑门上，被吸收进去。

这时，母鹿便站了起来，摇头之下，抖净身上的露水，又绕茅庵走了三圈。然后往东方走去。

苏吉尼玛跟在母鹿后面，顺着鹿的足迹向东方走去。走到离这里五百弓的地方，苏吉尼玛发现此处有一弧形彩虹，犹如塔一样的帐篷。这里头有一动物正在修行。

苏吉尼玛见了，赶快往前，向动物磕头祈祷，便进到彩色光环里去，发现父亲尸体之上生出一寸高的、纯金无垢的观世音菩萨，及一些舍利（舍利，佛与高僧死后大葬的残余骨烬）。

这时，那彩光又流射到母鹿的脑门。而母鹿又起来绕苏吉尼玛三圈，再回到原波罗门修行的茅庵里去。

苏吉尼玛又紧跟母鹿沿原路回到茅庵里。她将大婆罗门遗下的衣服捡了起来，穿上，成为自己的衣服。又收拾了残留下来的经书，觉得看懂了一半。她又捡了散落在地面的明珠，一颗颗穿了起来，只有一百零一个，成了自己的佛珠。

这时，苏吉尼玛想：如果再往别处，明确难以再找到称心如意的尊师；再说，自己又是一个女性，如果来回折腾，恐怕会碰上障碍，那样便不能始终虔诚，最终不能成佛，倒不如在此念珠修行。想到这里，她下决心住在茅庵里，闭门修行。

由于苏吉尼玛福德高尚，树林之中，百花重开放，果树结果，迦陵宾嘎鸟也开始唱起动听之歌，一切恢复到原来的样子。

这样，苏吉尼玛便在此修行祈祷，一直等了十二年。但是，由于违背婆罗门父亲的遗教，所以，一直没有取得正果。

她在此十二年中，一直辛勤操劳，但没有什么美梦中的预兆。有一天，苏吉尼玛突然做了一个梦。梦中见到一少年，他脖子上挂有一串水晶念经佛珠。

她想：这大概是我父亲的化身，她便以一种悲痛的心情，对着观世音化身祈祷：

唵嘛呢叭咪吽。
解放众生之无量光佛，
佛祖灌顶慈尊弥勒佛，
大慈大悲菩萨观世音，
向诸圣者祈祷。
请听我痛苦哀求，
前世罪孽之报应，
今世被人世套索紧缚身，
落入黑暗的深渊。
自身无奈真痛苦，
请快快放下怜悯勾，
把我从深渊中救出。
从无始境的生死轮回起，
我一直受轮回无尽苦。
且与烦恼随眠陷深渊，

受其痛苦数不尽，

枉废那难得的暇满。（宗教用语，天光，得一生的意思）

如今深受八苦之时，（1. 生苦、2. 老苦、3. 病苦、4. 死苦、5. 爱别苦、6. 究憎会苦、7. 求不得苦、8. 略摄一切五取蕴苦）

难道诸佛不拯救我？

始终解救众生之苦，

是您所立下伟大宗旨。

如今女陷入轮回深渊，

难道您弃置不管？

有缘分贡献的徒众，

始终得到您恳切关注。

我误行邪路掉进深渊，

今日无情主孤独贫困，

难道慈尊偏袒疏远我？

你具向前正德道慧，

如若不见我被"二取"所建，（即意识与外境，或精神与物质）

落入这人世地牢，

不知您道慧神力在何处？

今日我落入恶运罪孽道，

除您我无他人可求。

我精诚皈祈祷求您，

请到拯救我之时。

我长期疏懒懈怠，

未能始终奉祈佛。

如您不能把我救出苦海，

何能称得大慈大悲？

大悲为怀的弥勒佛，

大慈大悲的观世音。

我前世造孽得报应，

今世落入苦海中。

被昏庸迷惑像山压，

陷进三毒魔蝎之口中。

一切恶果背由我所致，

我一心虔诚祈求您。

如您不发善救助我，

恶运婢女努力成泡影。

自今起我决心服慈尊，

直到正觉成道的菩提道场。（或叫金刚座，是释迦牟尼正觉成道的古印度伽耶城）

为天下名生之利义，

盼慈尊大慈大悲。

唯佛祖的教法，

能使众生福利安乐。

愿能为诸佛子一样，

将佛法宗义传四方。

精通显密经典要领，

确切无误传他人，

望慈尊赐我恩福。

在那苦海无边人世上，

愿我能像慈尊一样，

负起誓言之宗义，

时刻解救众生成正果。

当苏吉尼玛祈祷完毕，原来她眼前出现的圆光射出的光线中，有一手提佛珠的少年。

那少年说道："你因不守誓言，违反教戒，故再不能得到佛尊赐福成就的缘分。你现在只好再去周游四方城镇，念诵六字大明，为众生利义来解救失守尊师教戒的损失，特别是处处想法解救苦难的众生。如若你照此办理，那便可在中阴关道上得到解脱苦海的机会。"

苏吉尼玛同梦中所见的少年说到这里后，他周围的圆光突然朝苏吉尼玛飞来，在她身边绕了三圈。最后，从她的脑门上隐了下去。这时，光环与少年便一齐消失了。

当苏吉尼玛突然醒过来，她回忆到底自己过去违反了什么教旨呢？后来，她想起了父亲赐给他珍珠串时，嘱咐她不许让他人观看。但她却偷偷让根迪桑姆看了。这便违反了父亲教旨，大概就是这个原因吧。

为了挣脱违反尊师教戒的孽障，她首先建造了一百个佛塔。塔身内放着父亲尸体所生放出来的舍利，以及尊师的法衣、经书。然后，她自己念经开光。

为忏悔挣脱孽障，她按照梦中少年授计，为念诵六字大明周游四方作准备。

首先，她身穿破烂衣服，手中拿着要饭碗和打狗棍。又将尊师遗留的破衣披在身上。这时，她想，由于过去生得苗条惹人喜爱，所以，被诱惑陷人深坑。

想到这里，她便拿来蜂蜜，加上黑脂，涂在自己脸上，遮盖着她细白的脸庞。做完这一切，便开始上路周游四方城镇。

这时，苏吉尼玛名字便改为瑜伽师(修观行者)。

唵嘛呢咪吽。此时，森木吉洛佳城内，国王达唯森格为首的臣民们，由于失去王后苏吉尼玛而悲伤痛苦，好比花草凋谢零落。特别是国王达唯森格，失去了比他现存所有王妃都要可爱的苏吉尼玛，而感到万分痛苦。他对贱民美女为首的五百王妃，连看都不看一眼，而且茶饭不思，无精打采，发痴发呆。

随着岁月的流逝，国王达唯森格慢慢变得瘦如干柴了。他的父王与母后见到儿子如此情形也感到十分心痛，便问他："你如今变得如此，到底为什么呢?"

父王与母后又说道：

唵嘛呢叭咪吽。
我儿高贵又英俊，
并非四大不调身患病，
健壮之躯今日如干柴。
未知你心中不快为何事，
望儿王全部如实说出来，
只要不损王财与国政，
一定满足你的祈盼之心。

国王达唯森格听完父王所说，便回答道：

唵嘛呢叭咪吽。
启奏尊贵的父王，
我千辛万苦得王后，
苏吉尼玛和我情意投，
我被黄幡妖星吞噬去，
使我孤独成天在黑屋里逗留。
当日无权定夺取与舍，
今日觉疴身比干柴瘦，
请恩父理解儿王心凉透。

达唯森格说完，父王达唯铁奔又对他说：

智才出众的儿请细听，
尼玛它能使万物茁壮长，(藏语尼玛即太阳)
也能使宝园的大海干，
对它你需正确来对待。

太阳能好也能坏，
远射能使大地得光明，
近照将人烧成灰，
对它得分辨好与差。
太阳威力有优劣，
它能驱黑暗带来光明，
也能烧毁整个人世，
你得分清功与过。
五百妃子美貌又多姿，
她们身戴宝饰侍候你，
你已尽情享五妙欲之福，
你不必如此伤心与愁闷。

父王讲完，国王达唯森格又回签道：

国政昌盛犹如天界，
众王妃如天上群星聚，
如果没有太阳为星主，
群星再亮也难驱黑暗。
尊敬的父王大人啊！
我对爱妻苏吉尼玛，
犹如母鸡恋舍自己下的蛋，
我愿与她形影不分离。
奈何被无情的屠夫撵走，
带到血海翻腾的葬场，
她今日看来早已死去。
阎王手下刽子手，
罗刹恶鬼豺狼种，
早把她吞食在肚里，
以往的一切都徒劳枉费。

达唯森格说完，父王又说道：

我儿达唯森格听我言：
你难分难舍苏吉尼玛，
杀害你爱弟达唯雪努，
又杀死神象伊婆罗那，

如此心狠手毒刽子手，

千万不能当作仙女看。

国王达唯森格又说道：

上至‘睹实多天’啊，

帝释天王之爱女，

下自龙宫圣地啊，

安业龙王的美女；

若与我爱妻媲美，

有谁能比上苏吉尼玛？

你使我相思何等苦，

望快来解救我心中病。

国王达唯森格说到这里，伤心至极。他将宫中大臣召集一起，决定打开国库，拿出国库的三分之二，作为善根。他向大修行者祈祷，求仙人赐福实现他的宏愿。

一方面，由于达唯森格的祈祷得到佛僧的恩赐，一方面由于二人姻缘，苏吉尼玛本人受父尊教旨，扮成瑜伽师周游世界。最后，到森木吉洛佳城来了。

当她到达这个都城时，才猛然发觉自己来到了老地方。这时，她想：哎哟，苦哉！怎么又到这个都城来呢？

如果在这城中逗留，很容易受国王及宫室中的臣子发现，倒不如早点离开算了。

可是，苏吉尼玛到这个都城以后，城中所有臣民，都纷纷前来供施敬养她，听佛法道谛，受六字大明的灌顶传经。这样，苏吉尼玛便不好意思违反众人之意而马上离去。

在听佛法道谛的人群中，也有根迪桑姆。她边听边想：我自己造了大量罪孽，今天，此地来了这么一位殊胜瑜伽师，我也要虔诚授受佛法，诚心忏悔自己的罪孽。

尤其是王宫之中，国王与臣民们处于极度悲伤的情况下，其根源皆出于我们的造孽。所以，我更应该去忏悔。

她想到这里，便走到瑜伽师跟前，请她于次日（十五日）晚上，到自己家里去。

十五日晚上，根迪桑姆在家里摆了一大堆供果，把瑜伽师请到贵座之上。根迪桑姆又把家中大小撵了出去，屋里只留下她与瑜伽师二人。她关上大门，跪在瑜伽师面前，两手合掌。在胸前，态度虔诚地说道：“祷告殊胜的瑜伽师，我是个罪孽深重的人，希望您保佑我，使我从罪恶苦深中解脱出来。”

她又接着祈祷：“祈告十方的佛尊及菩提萨唾保佑，祈告殊胜的尊师保佑，我根迪桑姆降世以后，始终受五毒之害，一贯作恶造孽，尤其是我听信厄白波嫫之言奢想获得管理国王国库的权利，我曾想方设法将女婆 罗门的王后苏吉尼玛身上的护身串珠偷换成假的。又对她灌了毒药，使她昏醉不醒；后来，又杀死国王的伊罗那神象，把象的五脏六腑及血、

肉放在苏吉尼玛周围；以后，我又杀了许多人，将那些尸体堆放在周围；最后，又把王子达唯雪努杀了，尸体放在苏吉尼玛房里，嫁娲于她；这以后，由于我的挑拨，使国王又杀死了能先知预言的鹦鹉……。

“我造下这么多的罪孽，引起国王及王后的愤怒，他把苏吉尼玛交给三个刽子手。刽子手便把王后苏吉尼玛送到血海翻腾的葬场去了。

“由于造下的罪孽，如今我们王宫变得冷落凄凉。那国王达唯森格因极度悲伤，染成重病，已奄奄一息。

“一旦国王有个三长两短，那么，我们以森木吉洛佳城为首的三百六十万臣民，将要为国王的死做没完没了的差役，人民也要遭殃。

“假如是这样，那我的罪孽便不可言数。所以，我决心改邪归正，虔诚佛法，向尊师忏悔。

“在这里，我没有半句假话，也没有隐瞒半点罪恶。望殊胜尊师接受我的忏悔，求您能解脱我罪恶之过。”

根迪桑姆说完，便将忏悔之词反复诵念三遍。诵完，她便拿出以前骗取苏吉尼玛的护身珠串，交给瑜伽师苏吉尼玛。

当苏吉尼玛重见自己的真正护身宝贝时，她禁不住内心怒火千丈，恨不得马上揪住根迪桑姆的头发。但是，她又想起来了，在那轮回苦海之中，出现根迪桑姆这样的人和事，并不足为奇。

于是，她又把怒火压下去，忍受心中的愤慨，答应了根迪桑姆忏悔的要求。

根迪桑姆紧接着请求瑜伽师在这个月的晦日（三十日），正式向殊胜瑜伽师忏悔。请求她接受忏悔，帮助自己解脱轮回苦海。

瑜伽师愉快地答应她的请求。

与此同时，国王的智才出众的大臣阿布纳吉想道：近来，听说城里来了一位殊胜的瑜伽师。如果把瑜伽师请到宫殿里来，讲经传法，或许能解除国王的苦难。

于是，阿布纳吉便出宫前来请瑜伽师。

在这个城的三岔路口，僻静的一个小巷里，阿布纳吉偶然碰见瑜伽师。他忙上前行礼。并把自己身上的衣服脱下来，敬献给瑜伽师。并请她到王宫里来，说：“我们的父王和国王，希望你进去讲经传法。你是周游四方的瑜伽师。我请教你：我们原先有一个王后苏吉尼玛，她莫名其妙地成了刽子手的囚犯，被押送到天葬场。但我们没有发现她被禽兽吃掉的迹象，也没有发现三个刽子手的下落。你是眼界广阔的人，不知是否看到或听到她的下落？”

此时，瑜伽师回答道：“我曾听过这么一件事，但我从没有见过她。”说到这里，苏吉尼玛不禁扑哧一笑。

在这一笑间，阿布纳吉突然发现她有一口白螺般的牙齿。于是，他赶紧问道：“难道你

是苏吉尼玛?"

苏吉尼玛严守不说诳语之戒,最后只好承认自己是原来的王后。

阿布纳吉惊喜地往前抓住苏吉尼玛的手,对她说了一番她离开王宫以后,宫中发生的一系列情况。

瑜伽师对阿布纳吉说:"你说的这些完全是实情。我是预料得到的。宫中的一切不幸,不怪国王,也不怪其他人,完全是怪那贱民王妃厄白波嫫和根迪桑姆。她们是罪人。

"至于她们两人如何造这一系列的罪孽,你们可在这个月的晦日到她家去,让她自己忏悔说出来。"

阿布纳吉接着便说:

唵嘛呢叭咪吽。
我们美丽王后苏吉尼玛,
想当初遇见了你,
犹如仙女下凡来。
尔后落入屠夫手,
发配远方遭恶难。
臣民内心依依不舍,
日夜盼望你回还。
今日终于盼到你,
我们高兴衷心来祝愿,
感谢您还回到此间来。
王后还有什么吩咐的话?
小臣一定回宫去照传。"

阿布纳吉说完,匆忙跑回宫殿去。

来到宫殿,他对国王达唯森格说:"王后苏吉尼玛与三刽子手没有死去。他们还留在人间。请国王不要悲伤,赶快沐浴净身,前去迎接。"

国王听阿布纳吉这么一说,心中甚为怀疑。说道:"她早已离开人世了。你不必再骗我了。"

阿布纳吉赶忙回答:"我说的绝不是谎话。此话出自严守不说诳语之戒的瑜伽师之口,怎么可能是假的呢?"

国王听完,半信半疑,仍照阿布纳吉所说,起身沐浴。

过了几天,到了晦日这天。国王带着众大臣,又随身带上宝剑,到根迪桑姆家房外潜藏着。

这一天,根迪桑姆在家里摆了许多供果。快到天黑之时,她把家中所有的人撵到外面,

便在瑜伽师宝座面前跪下，把过去所做的坏事一一说了出来。

这时，国王达唯森格再也忍不住心中的怒火，拔出腰中的宝剑，走到根迪桑姆面前，准备杀了她。

大臣阿布纳吉等三人也随同国王前来，他们都赞同把她杀了。

正在这时，瑜伽师赶忙上前阻止国王的行动。苏吉尼玛对国王说：

唵嘛呢叭咪吽。
国王息怒听我谏，
治国必须以法服臣民，
对罪犯也要仁慈理智。
尽管你财富丰足，
用之不当成罪根，
杀生罪孽终归由己负，
莫要如此发狠心，
请息怒听我道真谛。

国王听完，便对苏吉尼玛说：

女人之心为愚痴，
尼玛有如黑暗一盏灯；
女人之性是贪欲，
尼玛可是如意宝。
我愿遵照你吩咐，
言听计从全照办。

国王说完，苏吉尼玛看到国王那身沐浴净身的打扮，心中不是滋味。对他傲慢的态度不甚满意，便说道：

唵嘛呢叭咪吽。
想当初我苏吉尼玛，
安心服侍尊父时，
国王强行求我到王宫。
进入宫殿无几时，
将我交给刽子手，
发配葬场临魔境。
受惊吓有九次多，
昏死过去有三回，
死去活来多少次，

深受寒暑之苦说不尽，
几乎葬送我残生。
幸得我父大仙人，
十方佛尊诸佛子，
上师本尊空行母，
豪杰瑜伽护法神，
救护我这无辜者，
方在人世得幸存。

苏吉尼玛说完，国王便赶快回答：

洁白明亮之皎月，
有时出现瑕黑影。
亮净净的佛塔上，
有时还要蒙灰尘。
才华出众的贤者，
难免偶然出差池。
我一时愚蠢不明事，
错断善恶罪不轻。

国王说完，大臣阿布纳吉接上便说：

轮回愚痴苍海上，
国政冒隆稳如山，
怎奈错把贱种恋。
贤者眼光总向下，
愚贱之人脚朝上，
妖妃作乱是非颠。

阿布纳吉说完，国王和大臣们商量，一致同意：由于过去贱民王妃厄白波嫫恼恨嫉妒，干了许多坏事，所以，要把她的眼珠挖出来。那根迪桑姆惯用歌舞欺诱别人，又善用毒药害人，对苏吉尼玛栽赃陷害，应把她的眼珠挖掉，鼻子割掉，分尸两断，挂于通街市曹之上示众。

苏吉尼玛听大家议论，心想：自己受佛尊授记，念诵六字大明，为民众谋义利。她不愿再作造孽之事，故收拾了东西，准备离开此地。

国王和臣民们见苏吉尼玛准备离开，都纷纷哀求。臣民们详细地说了苏吉尼玛离开此地以后，国王及宫中大臣和所有臣民痛苦至极的情景。如果你今天又要离开我们，一定会给这个国家臣民带来极大灾难。你万万走不得，留在这里，保佑我们，引导我们走向超脱的

道路。

苏吉尼玛听大家讲这番话，觉得自己身上担子很重，想当年本尊佛祖教诲自己，要为民众谋义利，便只好答应臣民大众的要求，留了下来。

阿布纳吉为首的大臣和臣民听到苏吉尼玛答应留下，便赶忙收拾准备迎请王后回宫。

他们在森木吉洛佳城竖起了金幡、宝幢、彩旗、七镇宝、八端相，以及准备了歌舞和各种技艺队伍。

一切准备好了，正式迎请苏吉尼玛回宫。

[第三大段驱散乌云，重见太阳，到此结束。

[下面讲第四段，开始圆满幸福生活，走向解脱之路的新一章。

女婆罗门苏吉尼玛回到宫殿，与国王重归于好。

她回宫之日，出现了许多吉祥之兆。

首先，大地震荡六次；迦陵宾嘎鸟等歌唱，悦耳的鸟类欢声歌唱，各种果树又开花结果。

其次，王宫内国王的永不凋谢的百花园中，围绕中心莲花的百花长期愁眉不展，不敢怒放。只是到了此吉日之中，空中闪出五道光彩，射进百花苑中。

于是，国王和臣民们摆出许多供果，进行供施敬佛。

这时，苏吉尼玛预料，在中心莲花中，将要诞生出一位贤人。她大舍供果，祈颂道：

唵嘛呢叭咪吽。

善逝佛尊为众生利义，

适宜之时佛尊化临人世。

在纯洁无垢莲花中，

将诞生佛尊化身之婴。

他照明我愚纯黑暗之心，

也为众生带来福源光明。

我尼玛愿以我之光芒，

促莲花快开怒放溢芬。

使蜜蜂酒酿蜜成堆，

让群蜂心满意足。

由于苏吉尼玛祈颂的巨大威力，万花苑里的莲花，除中心花外，霎时间都鲜花怒放，各种果树也开花结下丰硕果实。整个城市芬芳浓郁，甚至离百花苑一百逾缮那的地方，也可看见叶子透明发亮。

不久，以西方闪出一道红光，射进百花苑中心未开放的莲花中去。大地又震了六次，四面八方突然传来悦耳动听的乐声，百花苑中心的莲花突然开放。

在此花中间，显现出一个白肤婴孩，头上有五发结，用兽皮遮盖着左边的胸乳，身上披着仙境之衣，右手中持着水晶佛珠，左手拿着一朵莲花，满面笑容地对国王说："国王啊，你的前半生由于邪见，崇拜外道，敬供天神，使无数动物遭杀害，受尽痛苦。由此因果报应，在此人间，你已经受大灾难。后也在阴间无数次轮回中，还要受尽更大痛苦。现在，你已有对我的跟随者女婆罗门苏吉尼玛心地诚实，虔诚崇敬授受佛法教戒，按照佛道，治理国政，扭转一切授缘障碍，为最终能与我见面，安排祥瑞的吉兆。你得建一百个寺庙，每个寺庙中，要组织一万个僧人念经诵佛，你要对僧人供施敬养。你要以仁慈之心救护民众，把他们引到超脱之路。

"你将这些事办完后，还得放弃王权国资，引幽静之地修行。如果照此办理，终将在中阴得到不等成熟。如你违反此语，你将落入地狱，后生转变成恶鬼。"

国王马上对婴儿祈告道：

唵嘛呢叭咪吽。

二者（烦恼障、所知障）清静智慧完满，

胜妙功德的佛尊，

蓬生特殊之婴儿，

请祈怜悯赐恩泽。

于我这不明愚痴者，

直至我认清因果道理前，

盼您能多赐福救护。

我乃不幸中之大幸，

由于我自幼好缘分，

荣幸见到您尊颜，

又相遇女婆罗门。

我一定遵您话守教戒，

求您自始与至终，

帮助超出苦海中。

国王讲说毕，婴儿对国王说：

唵嘛呢叭咪吽。

我乃来去无影踪，

解脱受生转法轮。

无声大乐证涅磐，

自行消失在乐中。

婴儿讲完，突然之间化为一道彩光，消失在空中。

从此以后，国王与王后在七年之内，用五宝塑造了善逝佛尊千万个，建起了一百零八个寺庙。寺庙宽有一逾缮那，长有半逾缮那；寺庙顶上用纯金杆子撑着白伞盖；寺庙四百八方的金宝幢是用蓝宝石做佛顶；宝幢之间，串连着大铜铃；门楼、天窗、柱梁悬垂着宝珞；寺庙外面竖着幡杆；寺庙内的水晶宝座嵌有象、马、狮、禽以及孔雀开屏的图案，宝座上是披着各种宝饰的观世音像。观世音像前，摆着如意钵盂和各种供果；寺庙里头，组织了千万个僧人，在那里念经，在佛宝前面祈祷、供施、忏悔、施善、讲经传法，寻求涅磐妙道等等。

总之，那千万个僧人，都在行善积福。

这些设施，花费了国王国库资财的三分之一，以为善根。同时，由于国王的行善，影响了举国民众也以此戒十恶行十善。

此后不久，王后苏吉尼玛生了一个美貌出众、民间无比的太子。

国王与王后商量以后，为此小婴孩取一名，即以国王达唯森格的名字和王后苏吉尼玛名字的一半，合在一起，叫做尼玛森格。

这时，国王达唯森格对初生婴儿说道：

唵嘛呢叭咪吽。

聪慧贤子听我说：

阎王不时靠我身，

再也无法逃脱掉，

唯有寻求超脱路。

“你现在将要继承我的王位。我们夫妻俩就要到幽静之地去静坐修行。”

王子尼玛森格听完，便对父王说道：

在那严冬腊月时，

敢赤身在雪山巅，

若非兽王那雄狮，

他人无法如此行。

如今乱世五浊横流，

想治理好此国政，

除我父达唯森格，

何人能担此重任。

儿年幼翅膀尚未硬，

恐怕难担此重任。

父王达唯森格听完，马上回答道：

若怕乌云盖顶风雪滚，

并不是兽王之孩儿。

若怕冰川险恶惧向前，

便不是智慧慈母之儿。

若不懂治国救民之道理，

那不是达唯森格的儿子。

你切记为父嘱咐继王位，

我两口即将离去静修行。

王子对父亲达唯森格问道："既然如此，今后以何神佛为我的供施之主呢？我与哪个智者商量国事，儿该如何救助民众？望父一一指教为是。"

达唯森格便教戒儿子道：

唵嘛呢叭咪吽。

严守教戒如爱己眼，

四谛应为座右铭。

救民众以仁慈之心，

佛祖菩萨为供施之本尊。

智才出众种姓高，

善行善业做事稳。

上尊圣主下爱民，

如此贤臣可信用。

不贪财恋色守贞节，

爱护侍臣敬亲友。

百事精通又聪慧，

生儿育女淑贤宜为妻。

里外诸事不专横，

事事与人商议定。

处事待人忌傲慢，

和蔼可亲又持重。

我的心爱独生儿，

切莫忘父教记心中。

国王达唯森格讲完，母后苏吉尼玛接着说道：

唵嘛呢叭咪吽。

忍辱求全是仇敌也能亲，

诚心爱友情谊能永存。

不贪图财物终能更富贵，

时刻行善正果终能成。

我儿你要细细听，

人世间百事皆能现。

你怀壮志明断诸事理，

善恶是非仔细来辨明。

出言不宜出妄语，

平日虔诚三宝心不移。

我的独生亲爱子，

为母一席肺腑言，

切莫忘记藏心中。

这时，猎手大叔向前对王子说道：

碎石参巨石来砌墙，

不久祸出墙会坍。

对侍从放任不管束，

佣人终将出灾祸。

迷恋放药之女人，

势必遇难吃苦头。

重用恶人成手足，

大祸不久会降临。

严戒四祸依法来治国，

我愿随国王去修行。

猎手大叔说完，阿布纳吉对王子说道："刚才猎手大叔所说是正经道理。我也有志跟国王、王后前去修行。在临行之前，将赠一言，以作为王子留念：

严肃敦厚乃是正派人，

心里话说与良臣听。

设盛宴可对外炫耀风度，

藏财富国家方能得富足，

对侍从一视同仁受敬重。

平日行善得善报，

诚恳谏言记在心，

我也告辞去修行。

阿布纳吉说完，王子尼玛森格听了众人的话，心中十分感动。他走向前对父王、母后及众大臣说道：

唵嘛呢叭咪吽。

父尊母亲诸大臣，

你们治国昌隆又强盛。

如今要我继位承大业，

我定要尽力去完成，

决不辜负父母心。

你等安心去修行，

你们修习之用品，

我定按时筹奉送。

唯有乞愿一件事，

常祈我至超脱境。

尼玛森格说完，父王将森木吉洛佳城等三百六十万臣民及国库、财宝、宫殿等统统交给尼玛森格管理。

交接完毕。国王、王后、大臣阿布纳吉及猎手，便走往幽静密林之中，为寻求菩萨道静坐修行去了。

王子登基，正式治理国家。

他信奉佛道，治得国泰民安。

[苏吉尼玛传记第四段美满幸福这一段便到此结束。

吉祥如意——完毕。

（此曲本在第十六甲子癸酉年，藏历水鸡年，印于噶伦堡）

卓 娃 桑 姆

在远古的时代，人们生活安乐、幸福、长寿。到了五浊恶世的阶段，人们经常受到天灾人祸，夭折短命。到了释迦牟尼逝世一千五百年的时候，把所有引起天灾人祸的外道灭绝，于是慧空行母（佛名，观音菩萨之前身。又名茶吉尼）在空中用白云搭成帐子，又披上五彩祥云，向人间盼望，只见各地佛教开化兴盛，唯独在曼扎岗这个地方，没有法德佛声，没有僧众，没有修习参禅，又不会诵祷本尊语功德加持的真言。这个地方众生各人自私嫉妒，傲慢嗔恚，怨恨贪奢，愚痴之气息，恶超众生，极度厄难，比比皆是。慧空行母见到这种情景，内心十分羞惭不安，为轮回众生，将他们从三恶趣（又曰三毒，即贪、嗔、痴）中拯救出来而祈祷。

在曼扎岗附近，有一个婆罗门，名叫姿玛。有一天，她做了一个非常吉利的梦，醒来，她赶忙找老伴婆罗门逻鸟，告诉他说：

老伴请听我一言，

妾身返老发春华，

昨夜做了一美梦，

心腹之中日月升，

光照之下八方明，

在那卫地之山巅，

发出佛声震天响，

仙子仙女下凡来，

洒下甘露淋我身，

圆梦自觉身有孕。

那婆罗门逻乌听后，异常高兴，便对婆罗门姿玛说道：

爱妻姿玛听我言，

咱俩宏愿快实现；

赶紧吃饭穿好衣，

迅速向佛祈心愿。

看来菩提萨陲一定降临我家庵。”（菩提萨陲：佛教中广泛指一切发大乘心证大乘果的佛教徒。）

女婆罗门姿玛听毕，照逻乌的劝告，认真向佛祈祷。

三个月之后，姿玛腹中，有一婴孩发出嘤嘤之声。那声音是：“唵嘛呢叭咪吽，轮回众生从三恶中得到拯救，让人们安居乐业。”婆罗门姿玛听毕，内心感到甚为惊讶，马上找来老伴婆罗门逻乌说道：

老伴逻乌听我言，

妾身腹中之孩婴，

孕期三月便发语，

说‘唵嘛呢叭咪吽，

轮回众生弃三恶，

降福百姓得安生。’

青春妙龄不生子，

如今白发染双鬓，

却又腹中怀了孕。

莫不是菩萨来投胎？

比哈法大王魔力深，

天竺王法多森严，

怕是凶多吉少坏兆征，

此地执行三法纪，（三法纪：指天竺法、吐蕃法、霍法）

妾思从山巅坠下崖，

又想投入大海中，

或用利刃了残生，

快出主意帮我脱苦境。

逻乌老汉听妻子讲完，说道：

老伴勿急听我言，

六字大明乃佛声，

域之北住有观音佛，

身着素白披皮毛，

口诵六字大明法，

我妻若临盆产婴儿，

男孩定为观音来降生，

女必慧空行母之化身。

吃饱穿暖最要紧，

诚心祈祷莫发怔。

如若真心施虔诚，

实现愿望定有三。

是时，姿玛阿妈按照老伴嘱咐，诚心祈祷。

那姿玛怀孕九月余，将近临盆，在戊申年吉道之月十日，毫无阵痛地从腋下肋间，安全地生下一个女孩。

当婴儿落地之际，口中便念“唵嘛呢叭咪吽”六字口诀，天空中白云如纱轻飘，万道彩虹空中舞。顷刻，有许多慧空行母从空中踏云而下，下界为女婴起名为：卓娃桑姆。此时，众仙女又敬献若干供果给卓娃桑姆。接着，众仙女对卓娃桑姆预言：“婆罗门之女卓娃桑姆，你的一生中，将有三灾三难。第一灾，你在曼扎岗地方，和国王嘎拉旺布有姻缘，却要受王后哈 江不断迫害；第二灾，你将生下一男一女，二孩儿将吃苦无穷；第三灾，你将被魔鬼纠缠磨难。此时，你不必过多留恋仁慈的双亲，不要管那恩爱的丈夫，也不要舍不得亲生的儿女，你只管向天飞去，飞往西天慧空行母之仙境。”说到这里，突然众仙女渺无影踪。

那女婴卓娃桑姆自坠地之后，对爹娘并无任何言语，只是自始至终净讲佛法。她首先对父亲讲道：

敬爱的父亲听我言，

人生好比雷电闪，

瞬息之间下九泉，
短暂一生需崇佛，
修身养性拜观音；
佛法精英在永恒，
六字大明时时诵；
自身日日需反省，
慈善不怕自负重；
对人对事需仁爱，
爱护人类积德阴。

小卓娃桑姆对父亲讲完，又转身对母亲说道：

人生如梦一闪过，
恰似花开无几时；
不应虚度此残生，
积德崇善勤修身；
慷慨施舍那财富，
仁慈互爱对众生；
祈祷观音在平时，
六字大明天天诵。

二老听了女儿之言，异常高兴。接着，便为女婴喂奶，用洁白细软之布，为她制作衣衫，把她安放在房子里，细心抚养。

这一天，曼扎岗国王嘎拉旺布在宫顶上挥舞大旗，吹起金号，猛击皮鼓。是时，所有臣民，都看到、听到国王召唤，便迅速集中殿门口。国王对臣民们下令道："我的大臣子民们听着，后天乃黄道吉日，孤要上山去打猎，你们各家各户，都得准备猎枪和弓箭，随我上山。如若你们无力备齐，那我即开国库分发给你们。总之，你们要为打猎做好一切准备。"

聚集在殿门外的臣民中，有一个臣子叫做支那曾，上前几步拜倒于国王脚下，合掌禀告道：

尊敬的国王陛下，
千万不能去打猎，
如若执意上山去，
定遭各国之讥议。
臣民打猎要受歧，
何况一国之尊大王您，
乞求听臣一忠言，

打猎之事不要提。

国王嘎拉旺布听后，怒气冲冲，呵斥道：

众臣民听孤讲来，
国王一言既已出，
驷马难以追回还；
国王发出一圣命，
好比悬崖扔石子，
哪有石子山上滚？
国王一语如急流，
哪有回流向后进？
臣子所言颇有理，
请看邻邦众国君，
各有如意之宝具，
唯独孤家宝库空。
本王仅有一猎狗，
便是那加查阿希，
此算国宝心沉重。
若我不去勤打猎，
有加查阿希何处用？
你等不必再多言，
各自准备去出征。

嘎拉旺布国王不听臣民们的劝告，于四天之后，国王和臣民们全副武装，带上加查阿布，上山打猎去了。

这一行人，在三隅附近，到处寻找猎物都一无所见。后来，在门隅与天竺交界的地方，一大山上，发现许多梅花鹿。这时，国王便放出猎狗，紧追猛捕。这一天，便猎获三十多头鹿。到了日落西山，夜幕降临时，突然猎狗加查阿希如天边云彩一样，瞬息之间，消失得无影无踪，嘎拉旺布国王十分焦急，对随从们说：

我的臣子们请听着，
今日是个倒霉的日子，
我失去了心爱的加查阿希。
猎狗好比我的命根子，
倘若找不到加查阿希，
我愿从此赴阴间。

今夜暂宿高山上，

找爱犬明晨再出去。

当天晚上，国王和众臣们只得枕戈待旦，露宿于荒山之上。

第二天，天刚亮时，国王嘎拉旺布便推着熟睡的臣子支那曾，对他说道："爱卿啊，你赶快起身，到周围山村之间寻找，看看哪儿有狗吠鸡叫。"支那曾马上爬了起来，带上武器到四周观察动静。但四方静悄悄，一点声音都没有，人、狗、鸡的形影都看不到。他又往东方高山上爬，爬到山顶，继续向远处眺望。这时，他突然发现东西林深处，有一小块平地，平地上有一座小玲珑的白房。屋顶上，炊烟缭绕。支那曾见状，喜出望外，心想：这里肯定有人家，我们的加查阿希说不定便逃到那里去了。于是，他赶忙下山，向国王报告所见情景：

尊敬的国王陛下，

臣奉命前去找寻，

一路并无人和狗，

也无猎犬的形影。

臣思它会跑哪里，

登高极目远望去，

只见密林之中间，

有一小小平坦地，

地上立一小白房，

房上炊烟腾空起，

臣见此情喜望外，

速来向王禀详细，

那猎犬加查阿希，

可能会跑到那里。

嘎拉旺布国王听支那曾的禀报，喜出望外，说道："我的心腹爱卿支那曾，你乃才华出众，智慧超人之大臣，看来猎狗加查阿希，肯定从此山逃跑到那个家里。"说完，国王立即下令，随行臣民，马上出发，向天竺斯噜迦旗林（斯噜迦旗林：地名，系梵语译音。）前进。

他们一行人走到密林深处，到那白房子跟前，发现有狗的足迹。于是，支那曾便上前敲林中人家的大门。过了好大功夫，房子左面窗户打开了，窗前出现了一婆罗门，他的头发像白螺一样如霜似雪，眼睛如兰宝石一样，但口齿全无，连一颗珍珠粒样的都没有。老汉双手支着一枝拐棍，临窗问道："你们是谁呀？"

这时，国王从怀里取出一条吉祥的哈达，敬献给老婆罗门，说道：

本王来自曼扎岗，

嘎拉旺布是我名。

昨天早晨就出发，

高山打猎忙不停，

捕获斑鹿三[illegible]

尊敬的国王陛下，

请听小民诉衷情。

我年迈体又弱，

生来安分当良民；

如今将要下九泉，

大王的加查阿布，

小民确实未见过，

知情不报无原因。

如若国王不相信，

我俩打开这大门，

万望陛下开恩典，

不要加罪我老人。

说毕，老太婆便把锁打开。国王跨过小门，进到屋里，发现在一聪玉宝座之上，坐有一颜如白玉，美如天仙的少女，身披迦斯迦(佛经说，南部洲有三圣地，即迦斯迦国，迦罗舍国，摩竭陀国)出产的洁白轻纱，容貌活像慧空行母。少女肤色雪白，散发出迷人的芬芳，婀娜多姿，声音悦耳，远处便闻到香味，那姑娘仪表端庄又稳重，令人一见为之倾倒。

那嘎拉旺布想道：我的猎狗突然腾空消失，今日在此门口发现加查阿希的足迹。看来，这一定是那天界五室之慧空行母对我授计，引我前来此地。是时，国王便把身上神魂宝玉取下来，拴在那姑娘的头顶发鬃之上，然后回身对婆罗门俩夫妻命令道：

你二人之女，

王要娶为妻。

从今日开始，

不许说她上天，

不许说她入地，

不许说她被抢，

不许说她被卖，

不许说她被偷，

不许说她被娶。

要得你女儿，

安然无恙地，

如若有参差，

本王要你命。

今明后三日，

过后第四天，

此乃黄道日，

奶价（奶价：藏族婚娶时，男方要给女方父母对女儿的抚养费，称奶价）给你们，

服侍汝二老，

我会派来人。

汝女我娶定，

你俩作准备，

不日来迎亲。

国王说毕，退出室外，带领随行臣民，一起返回曼扎岗。

且说，那少女卓娃桑姆心想：我与其做那少善有恶之国王的妻子，倒不如死去痛快，何况天界五室慧空行母曾叮嘱过我：如遇磨难之事，可直飞往天界。想到这里，卓娃桑姆突然从修身宝座中起立，向外面走去。到了门外，她将身披的轻纱作为翅膀，准备腾空起飞。

在这千钧一发之际，婆罗门老两口发觉女儿将要离开人世间，那逻鸟老汉赶忙上前，从卓娃桑姆右侧，伸手抓住她身披的轻纱一角，说道：

心爱的女儿听我言，

你的神灵虽殊异，

怎奈一飞留裙迹，（留裙迹：佛教用语，即人走之后仍留尾巴之意）

女儿远走父母在，

曼扎岗国有严法，

酷刑盖世人畏惧。

如今国王下禁令，

女儿如若远飞去，

我俩一定头落地。

卓娃桑姆请想想，

父母养育有隆恩，

为女岂能不考虑？

我女若能想到此，

千万不要远离去。

说到这里，那逻鸟不觉老泪纵横，苦苦向卓娃桑姆哀求。

这时，老婆罗门母亲姿玛又上前拉着女儿左角的轻纱，劝说道：

爱女听娘说一声，

你能高飞实殊异。

别忘出了娘胎日，

慧空行母叮嘱语。

预言你有三灾难，

你如遇到第三难，

万不得已才离去。

如今方遇头一难，

并非高飞之时机。

望女仔细想一想，

为报父母养育恩，

暂留人世别离去。

说毕，姿玛大娘泪如雨下，苦苦哀求，希望女儿继续留下。

这时，卓娃桑姆转念沉思：如若我这样离去，实在可怜那年迈的双亲。想到这里，也热泪满面，便转身回屋。老两口见此情景也就宽心了。

话说国王离开婆罗门家的第四天，嘎拉旺布的随臣们赶着马队象群，上面驮着的如意宝、珠宝串、金银、绫罗绸缎等各种财物不计其数，又带来专为服侍老两口的仆人，以换娶卓娃桑姆。来到婆罗门之家，两位婆罗门老人见此情景，心里十分高兴，连忙为女儿卓娃桑姆穿上绸缎之盛装，戴上各种珠宝装饰。

于是，卓娃桑姆骑着青聪白玉马，国王嘎拉旺布骑着牲鹅黄神马，浩浩荡荡返回曼扎岗。一路上，有歌舞队，艺技队等迎亲仪仗队伍，前呼后拥，热闹非常。

国王一行回到曼扎岗，把卓娃桑母迎进宫殿。国王坐在金宝座上，王后坐在聪玉宝座上。金宝座发出金光，射到聪玉宝座上了，聪玉发出光芒与金光汇合，光辉夺目，使得宫殿内外，透亮一片，奇特之景，活似天神的无量光宫殿。这时，国王又下令设盛大喜宴，祝贺婚礼。国王与王后喜笑颜开。

事后，卓娃桑姆想道："我既然来到这里，必须用佛法去感化这罪恶邪见的国王，使他改恶从善，于是卓娃桑姆对国王说道：

敬爱的国王陛下，

请听妾身说一言。

邪见豪华恰似梦，

众多财富罪之源，

人生如梦空对空，

需为来世积阴德。

何时去逝无定日，

你须听妾来奉劝，

日日祈祷观世音，

口诵六字大明法，

严戒十恶行十善，

对人仁爱又悲怜。

国王嘎拉旺布听卓娃桑母一席话，内心十分感动，说道："爱妻所言极是。孤当按你所指，切实去做。"

国王说完，便到屋顶挥旗、吹号、击鼓，召集全体臣民。一瞬间，曼扎岗全体臣民们便汇集于王宫门前。嘎拉旺布走上前对臣民们说：

汇集于此众臣民，

听孤对你们讲明，

那猎狗加查阿布，

瞬息之间无踪影，

后在婆罗门屋前，

见到猎狗的足印。

看来那卓娃桑姆，

是猎狗本身所变。

卓娃桑姆现进谏，

正勤修习行善业。（正勤：佛教名词，意为端庄行正、勤奋努力的意思）

本王赞同奉佛法，

希望我大众臣民，

也要积德多施舍。

严戒十恶行十善，

诚心祈祷观世音，

日日口诵六字法，（即六字大明）

此乃佛教之精典。

仁慈博爱常遵守，

唵嘛呢叭咪吽。

对人慷慨结善缘；

居心不良造罪孽，

本王严惩不容情。

寡人命令如山倒，

你等牢牢记心中。

自此以后，曼扎岗国王与臣民，大行十善。从此国富民强，君民享受着五欲乐之幸福。

（五欲乐：即色、声、香、味、触。佛经称“五欲”或“五妙欲”）

自此以后，卓娃桑姆为了极度八难，静坐在宫室之内，于救度母莲座前修习。

不久，卓娃桑姆生下一女孩，起名为贡杜桑姆公主。到了此女孩三岁时，卓娃桑姆又生下一男孩，起名为贡杜列巴公子。自此，一家人过上幸福美满的生活。这时，国王以嵌字诗歌（藏头诗）的形式对卓娃桑姆说道：

仙境中花容月貌的美人，
能与之匹配的我对你说，
我左思右想世间皆空虚，
故愿就此念经诵行善业。
寡人想隐居幽静偏僻处，
就像瑜伽行者闭关修习。
在那所欲如意宫室里，
有着无忧无悉二宝贝，
还有白度母化身之爱妃，
本王特地到此来辞行，
决心念经诵佛去隐居，
特地告你我的贤娇妻。

卓娃桑姆听到这时，便接着对国王讲：

聪慧英俊的国王听我言，
妻为女流无福伴父母，
犹如母牛被套离牛群，
像母羊离开羊羔一般孤独，
像把我引到艰险的八难外，
像进入魔鬼盘踞之窝。
如若愿舍弃五亲与六友，
决心前去念经行善业，
那走的是解脱烦恼路。
如若惧怕退缩生杂念，
贪图今日妙欲之享受，
落入九泉阎王不饶恕。
我像被羊群包围着的白山羊，
翻山越岭被带到这魔穴，
我虽获得你恩爱的丈夫，

在人世间仍然十分痛苦。

哈江妖魔将要吞我母女，

妾不愿留人间还是回天国。

说完，卓娃桑姆便独自回到白度母宫室。母女三人静坐修习。

谁知好景不长，国王嘎拉旺布的前妻哈江王后的亲信使女肆马然郭，是个心肠很坏的女仆。一天，她跑到王宫顶上，发现卓娃桑姆母女三人在宫内，她便自言自语地说："啊哟，不妙呀！这下子可败坏王后哈江的名声！国王嘎拉旺布又娶王妃，并且有了继承王位的公子，又有扩大新亲戚的公主。"说完，她立即下来向王后哈江禀报：

向尊敬的王后禀报，

我们国王嘎拉旺布，

已另娶了一位妃子，

如今生下继嗣公子，

又增添扩亲的公主。

我那尊敬的王后啊！

从此你不用担心后嗣。

哈江妖魔心里想：远路来的消息，可能半真半假；如今在眼底下来的话，肆马然郭所说的话一定不假。想到这里，妖魔哈江亲自爬上宫顶，向白度母宫室了望，果真发现卓娃桑姆母女三人。此时，她出于对白度母嫉妒恼恨，自言道："肆马然郭所说果然千真万确。既然卓娃桑姆敢与我赫赫有名的哈江作对，我发誓在一日之内，把你母女三人一口吞下。如若不达目的，愿护法神惩罚我。"这时，哈江妖魔现出本性凶相毕露，张牙舞爪，下楼回到自己宫室。

话说当哈江在宫顶自言自语时，那卓娃桑姆在宫室之内，已自觉到危急，她想：慧空行母曾赐我轻纱，并授计于我，预料有朝一日，我将遇妖魔之难。大概如今已灾难临头了。这时，她迅速将心爱的公子打发到父王那里去，又将莲花盛开般美丽的公主抱在怀里，不觉泪汪汪地说道：

心爱的女儿听我言，

为母出世到人间，

慧空行母曾授计，

预料一日遇魔难。

如今灾难即来临，

若是久留此宫室，

母女三人命要完。

母将装饰留给你，

姐弟二人靠父王，

为母只有返王界。

这时，卓娃桑姆抱着公主，痛哭一场，边哭边将自己头上的装饰摘了下来，把身上绫罗衣裙脱下来交给女儿，便径直向天上飞去，飞往西天慧空行母居住的仙境。

那公主贡杜桑姆，极想随母亲飞天，谁料只飞了一度之高，便又掉了下来。公主十分难过，痛哭了一场。她边哭边回到宫室，一进门，只见室里似鸟离巢一样，乱七八糟，空空荡荡。又见地上只留下母亲卸下的衣服与装饰，更加感到凄然。见这凄凉惨景，公主又痛哭不已，哭得死去活来，昏倒在地。正在这时，公子贡杜列巴跑到母后宫室来一看，不见母亲，只见姐姐痛哭流涕，昏倒在地，奄奄一息，便摇着公主，边摇边叫喊道：

我的爱姐醒一醒，

请听为弟问一声，

慈母卓娃桑姆何处去？

姐姐如此伤心为何因？

贡杜桑姆公主哭着对弟弟说：

爱弟听我细告知，

我们母子在宫内，

生活幸福又美满。

却有妖魔哈江后，

心腹宫女肆马然郭，

见到我们母女仨，

报告哈江来观摩，

妖魔发现我母女，

极度嫉妒发誓言：

赫赫有名哈江后，

找卓娃桑姆来捣乱，

一日之内吞噬你，

不能兑现神惩罚。"

妖魔张牙又舞爪，

凶相毕露呈狠残。

慈母不忍此威胁，

留下话语给你传：

"仙女授计给了我，

母有遇妖之灾难，

如今魔难已临头，

我若留在此宫室，

母女三人定遭难，

为母不能再逗留，

远离我们飞上天。

慈母留下装饰品，

送与儿女作纪念。

姐弟二人今后事，

全凭国王来照看。

亲生母卓娃桑姆，

一飞永离我姐弟。”

如今姐弟怎么办。

贡杜桑姆对弟弟说完，二人又痛哭流涕。

这时，贡杜列巴公子说道：“姐姐，既然事到如今，再也不能呆在这里，一旦妖魔到来，我们二人便即要丧命，不如趁早到父王跟前。”

那贡杜列巴与贡杜桑姆二人来到父王跟前，贡杜列巴公子跪倒在国王脚下，说道：“父王嘎拉旺布大人，我们母女三个，在白度母宫室之中，过着幸福美满日子之时，有一名叫哈江的妖魔，发现我们极度嫉妒，发誓要吃掉我母女三人，并张牙舞爪，凶相毕露。母后受不了这妖魔威胁，留下衣饰，独自飞上天去了。临走时，嘱我姐弟二人今后生活全依仗父王大人，万望父王开恩，保护我姐弟二人度过难关。”说完，姐弟二人，双膝跪下向父王苦苦哀求。

国王听了儿女之话后，悲痛得不省人事，昏倒下去。这时，国王左右侍从，马上拿来香水，洒在国王脸上，国王才慢慢苏醒过来。国王老泪纵横说道：“远方来的消息可半信半疑，如今身边儿女亲自对我说，一定千真万确。”这时，他领着儿女，来到白度母宫室看看。一进门，屋里好似鸟儿飞走，唯留鸟窝一样，宫内空荡荡。看到地上卓娃桑姆的装饰衣着，狼籍满地，国王如痴似狂，边哭边跑到救度母宫室楼台之上，撩起自己的衣服，蒙在头上，伤心地痛哭起来。

此刻，公子走到父王跟前，亲切地贴着父亲的脸腮，双手抱着父王，说道：

父王嘎拉旺布，

母后已往仙境，

此乃前世注定。

母后高飞为众生，

父王不必太伤心。

望父王念经祈祷，

也许母后会回宫。

国王听了此言以后，心里想道：我儿方才三岁孩童，能出口成理，看来是观音菩萨化身，内心得到无限安慰。他一手牵着女儿，一手牵着儿子，从楼上向空中望去，齐声祈祷：

向可信的三宝祈祷，（三宝：佛宝、法宝、僧宝）

祈祷能如愿以偿；

卓娃桑姆听我劝，

不必远飞上天去，

万望快快下凡来。

嫉妒恼恨的妖魔，

无须惧怕她威胁，

不要远飞天上去，

请你快快回宫殿。

难道你舍得公主？

难道愿抛弃公子？

难道忍心离伴侣？

抛弃老小高飞的妻啊，

我诚恳地请求你，

大发慈悲于众生，

愿我祈祷能实现。

国王祈祷过后，既没看到卓娃桑姆回归，又没听到一声回音。这时，父子三人，十分痛楚，继续伤心地呆望着天空。

正在这时，妖魔哈江对她的侍臣说：

众侍臣听一言，

那国王嘎拉旺布，

违背昔日的保证，

保证不再娶新后，

今日他食言胡为，

娶卓娃桑姆为妻妾。

长达六年不管我，

如此作为太欺人，

妾身难道能忍受。

你们看西方各国，

君主也曾娶多妻，
对待妃后均平等。
我王喜新又厌旧，
哈江王后怎能忍！
卓娃桑姆虽上天，
她的裙迹留宫中。
如何对待此国王？
赐以鸠酒毒疯他，
囚惩疯子六年整，
事成之后再重赏，
厚礼分给众臣民。
切望我的众侍臣，
照我之意去执行。

侍臣们听完哈江之话，都被那妖魔所迷惑。商定之后，决定用鸩酒灌疯国王。这时，由侍臣带上鸩酒来到国王床前，对嘎拉旺布说道：

向尊敬的国王禀告，
卓娃桑姆虽上天，
尚有王后称你心，
又留公子可继位，
也有公主能护亲。
国王也有四调合，（四调合：医学上叫四大种，即：地、水、风、火）
能保身体永安宁，
可保侍臣得兴旺，
我王无须太操心。
请您喝上果子酒，
笑谈如何作善行。

侍臣们虚情假意向国王劝酒。那嘎拉旺布哪有想到侍臣们会用毒酒害他，倒认为是侍臣们好意来安慰他。于是，国王十分高兴，大口大口地把鸩酒喝下。过了一会儿，那酒毒性发作，国王坐立不安，一会儿向天空呆望，高喊卓娃桑姆；一会疯疯癫癫地自言自语，自说自喝；一会儿手舞足蹈，神志不清，颠三倒四。妖魔哈江，见国王如此情景，便命令卫士，将嘎拉旺布关到黑洞牢内，又派心腹仆女肆马然郭，前去看管他。每次送食物都用绳子从上往下吊。

过了一些日子，妖魔还是不放心，心想：星星火不灭可燎原，小溪水不堵能漫地。哈江

想，这两个小孩现虽然年幼，不斩草除根，以后将会祸患无穷，我得想法把他俩杀掉。妖魔又想，杀死公主王子，直接命令大臣去办，他们恐怕不肯，我得想个办法才是。

于是，那哈江便蒙头大睡，褥子上垫了发霉的臭皮子，全身涂上脑汁，右腮涂紫红色，左腮擦上蓝靛，口中吐着浓稠之痰，使人一看，便觉她已病入膏肓。此时，侍臣们纷纷来到妖魔床前问道：

尊敬的皇后殿下，
您突然病情严重，
到底生何种热症？
是否得解魔难？
或请名医来诊治。
到底得用何方法？
降旨臣子去执行。

那妖魔言道："我所得之重病，并非邪魔在作怪，也无需请名医治疗，这里倒有个好办法，我想恐怕你等不会出力去照办。"周围侍臣们又向前说道：

尊敬的皇后殿下，
为使贵体早康顺，
使用何种好办法，
请速降旨指路径。
公主王子还年幼，
天下臣民仰赖您。

哈江又说道：

妾身所得之重病，
任何办法难治愈，
唯有一法能解救，
我给汝等说仔细。
公主王子二属象，
一直与我相克抵，
你们取此二人心，
让我服下病自愈。

众侍臣听后，都相视不语。妖魔见众侍臣面有难色，便又说道："众爱卿亲手去杀死公主王子，恐有不便之处。我曼扎岗地方，有二屠夫兄弟，不明辨善恶好坏。你们将此兄弟二人找来，我自有吩咐。"

侍臣们将屠夫二兄弟找来，立于妖魔面前。

哈江对屠夫二兄弟说道：

屠夫二兄弟听着，
妾身命你们前去，
老大掏来公主心，
老二挖取王子肺，
得了心肺我有用，
乃治我病良药剂。
童子心肺昌热气，
治我之病最为宜。
事成之后有重赏，
速速前去勿延误，
事成复命做彻底。

这屠夫两兄弟，按妖魔所示，径直来到公主王子住处，一进门，只见姐弟二人，正玩得起劲，那王子贡杜列巴见二屠夫凶相，十分害怕，便对二屠夫说：

二位屠夫请听说，
你俩突然闯入室，
吓得我们魂魄飞，
二位到来有何事？
紧跟凶残恶王后，
你俩前来无好意，
是否加害我姐弟？
我们姐弟没作恶，
无缘无故祸殃起。
你们难道真忍心，
戮杀无辜我姐弟，
恶果一定归自己，
千万不要造罪孽！

贡杜列巴说完，当场痛哭流涕。

那屠夫老二，听王子这么一说，也同情地掉下眼泪，对哥哥说：

大哥请听我一言，
多才多艺是我师，
无智不堪当长辈。
王子公主双亲在，

何时能挨近过身子影，

今要杀叫人怎不心碎？

饶了二位小主人，

不如到那宫门处，

拾来二婴代杀之，

掏上心肺献妖魔妃。

那老大听完弟弟所说，也十分赞成，便对公主王子说道：

王子公主细细听，

妖魔商定派我俩，

杀害二位小主人。

卓娃桑姆在世时，

何敢挨着你身影。

如今不忍下毒手？

公主王子好宝贝，

从今以后别出门。

如若哈江得知晓，

难以再保小生命。

此言都似父母心，

万望牢牢记心中。

我俩尊照后吩咐，

手提心肺去复命。

说完，屠夫二兄弟，捡了路上一大一小二小孩，杀了掏出其心，便捧交哈江王后，禀告道：

敬爱的皇后殿下，

我俩遵照您吩咐，

杀了公主和王子。

大颗乃是公主心，

小者便是那王子。

如今前来回复命，

不求王后有赏赐，

只望放我俩人归。

那女妖魔将屠夫送来的一颗童心，拌了盐巴，当即吃了下去。便把右腮红色，左腮蓝靛擦去，重新饰装打扮，又对屠夫说兄弟二人，赐以重金奖赏，自己也说病已痊愈。

自此以后，妖魔哈江经常到楼顶平台上观望。王子公主年幼贪玩，常溜到花园玩耍。有一天，哈江突然发现公主与王子二人在花园里玩耍。这时，妖魔哈江自言道："哎哟：这不懂辨别善恶的屠夫呀，自私使他们没有把这两个小孩杀死，他们还好好地在花园里玩耍。我的那些侍臣们，对这两个小孩感情又那么深，我只得又再次装病，想法来处置这两个小畜生。"那哈江回宫后再次把自己的衣饰服装卸下来躺在被窝里。"哎哟，哎哟"地哼个不停。这时，侍臣们又走到她跟前问长问短："尊贵的王后殿下，你又得了重病，该如何是好呢？"那妖魔哈江异常不满地将头扭向右边，一声不响地躺着。这些侍臣赶忙跑到右边，讨好地问："王后殿下，你如今又得了重病，用何方法才能把你治好呢？现在，卓娃桑姆已飞上天，国王疯了又关进黑牢，两个小孩又杀死了，现在众臣对国家大事全都依靠你了，你如果贵体不安，那该如何是好！"

妖魔哈江听到这里，命肆马然郭扶她起床，说道："你们这些侍臣，从不为我着想，上次我得病，你们捧来的二颗心，并非公主王子的心，我吃了之后，病没治好，反中了晦气，病情加重。今日你们不要管我了，让我听天由命，该死就死去吧！"说完又倒在床上。众侍臣纷纷上前向王后哀求道："王后殿下，既然不要继承王位的王子，又不要扩大亲属的公主，那就听你的指示，把此二孩童杀死是了。"

那哈江又对侍臣们说："让你们把二小畜生杀了，我知你们是不会动手的。在曼扎岗，有两个不能明辨是非的渔夫，你们快去把他们召来。"侍臣们便赶紧去找渔夫。

妖魔哈江见二渔夫到来，便下令道："你们二人，将公主贡杜桑姆，王子贡杜列巴扔到湖海之中，我自有重赏。"

二渔夫遵照妖魔命令来到那公主王子居住的房子里时，二孩童正为失去自己的亲生父母而痛哭着。他们见渔夫进来，王子便上前对渔夫说："你们二位前来，我们十分高兴，你们到来，我们也骇怕异常。今日到底有何事？请告诉我们吧。如今王后和侍臣们都要杀我们。你们来一定是受妖魔和侍臣们之命，要将我们杀害的吧？我们是无辜的二孤儿。你们要杀害我们，难道能忍心吗？这样造孽在世，将来一定会有恶果报应的。"说完姐弟二人抱头痛哭。

二渔夫见此情景，便对他们说："我二人前来，是受王后哈江和侍臣之命，要把你们扔进湖海里。"于是，王子对公主说：

亲爱的姐姐贡杜桑姆，
由于前世造孽人世间，
投胎成了国王的子女，
今日才受如此的煎熬。
你看宫外大树之上，
鹞隼鸟横行攀高枝，

弱小鸟儿屈居树下，

飞禽也有强弱之分，

但弱小鸟还尚能活着。

今日我这王公子，

能像小鸟便满足了。

只恨我姐弟早失双亲，

今日深深怀念慈母，

梦里见到的慈母啊！

此刻能到来该有多么好！

慈亲卓娃桑姆啊！

请快来救救我姐弟年少。

王子说完，伤心之极，痛哭流涕。这时渔夫说道："你们这两个小家伙，不用在这里多饶舌。以前，你们也用甜言蜜语骗过二屠夫，今日里，我俩是不会轻易放过你们的 。"说毕，便动手将公主王子双手反缚，就像抓住仇敌一样，将二孩童从楼上拖到楼下。

当二渔夫残酷地将公主、王子拉过街道时，两旁的百姓叹息道："这如日月一般的王子和公主，如今正是含苞待放时，便受严霜毒打，如此遭受摧残，真是可惜啊！"两旁黎民百姓，无不心酸落泪。眼看那妖魔又十分残酷厉害，百姓们只好敢怒不敢言，无法解救王子和公主。

那二渔夫将二孩童带到大湖边，这时，王子又对姐姐说：

我的爱姐贡杜桑姆，

你瞧下面的大湖啊，

一群群黄鸭在浮游，

父母前后护小鸭。

作为王宫的公主、王子，

能像那湖面的鸭子，

跟父母一起该多好！

如今我姐弟二人，

多么羡慕水面上的黄鸭。

祈望天上的卓娃桑姆，

赶紧下凡来超度，

救救你的儿和女。

说完，王子公主泪如雨下。这时，二渔夫将二孩童身上装饰衣服统统剥下，一个渔夫便抱起王子，行将扔到湖中。在这千钧一发之际，王子又对渔夫说："渔夫大哥，请不忙把我扔

下大湖，让我死前祈祷几句，这是我离开人世之前的唯一请求。”

渔夫答道：“要是你诚心祈祷，我可答应；如若乱发咒语，那便不容情。”

王子又说：“我正因前世造孽，今世才有如此恶果，我怎么敢发咒呢？只不过要对慧空行母颂扬几句罢了。”说完，便开始颂扬起来：

东方金刚部的空行母呀！
请垂下您的轻纱飘带；
南方诸宝部的空行母呀！
也请您把轻纱飘带放下；
西方莲花部的空行母呀！
您也把轻纱飘带放下吧；
北方威妙部的空行母呀！
也望降下您的轻纱飘带；
中间光辉部的空行母呀！
您也把轻纱飘带来垂下。
请把我姐弟二人，
带到仙境的地方去吧！
我姐弟因失去爹娘受苦，
仁慈的母亲卓娃桑姆啊！
请发发善心救救我们吧！

颂毕，泪如雨下，绝望地嚎啕大哭着。两个不能明辨是非的渔夫，听此言，见此情，也被感动得掉下眼泪。一个渔夫对另一个说：“我们实在不忍心把这二孩童扔到湖里，我们宁愿带着自己的家眷，逃到衣食半足的地方，也不能把他俩害死。”

说毕，二位渔夫将公主王子松缚放下，又把衣服装饰让他俩穿戴好，便对姐弟二人说：

王子公主请细听，
妖魔侍臣已商定，
派我俩把你们扔湖中，
我二人于心实不忍。
劝你俩不要再回曼扎岗，
一旦妖魔又发现，
定会杀死两位小主人。
你俩如今向东跑，
跑到天竺佛法神地境。
那里人们正勤行善业，

丰衣足食资财多，

你们肯定能逃生。

除此之外无处去，

即使你俩父母到，

也只会这样劝你们。

二渔夫将王子公主二人，送了一段路程，恋恋不舍地分别了。分别之后，二渔夫便迅速收拾自己行装，带着自己的家眷，逃往别的地方去。

那公主王子二人，这时就像离群的羊羔一样，不知所措。因为他们从来没有离开过王宫，今日沦落在荒郊之外，懵头转向，凄凉之至。这时，姐姐贡杜桑姆对弟弟贡杜列巴说道："我们二人，呆在此地，既没吃，也没喝，总不是久留之地。现在，只好听从渔夫劝告，向天竺方向前进，那里丰衣足食，我们到那里乞讨，也能过日。"这样五岁的姐姐，带上三岁的弟弟，往天竺方向走去。

不多久，姐弟二人来到一处森林，弟弟贡杜列巴又伤心、又口渴，又想起父母亲来，便对姐姐说：

我的亲姐姐啊！

今日已走半天路，

讨不到一点吃喝食品，

谁知明天怎么样？

弟是多么想娘亲。

贡杜列巴说完，又大哭一场。姐姐贡杜桑姆为了安慰弟弟，便带他边走边说：

好弟弟听姐一言，

今日走得有些远，

明日旅途便缩短；

今日虽无可吃喝，

明日会有瓜果出现；

今日弟弟想母亲，

明日说不定能遇见，

望我弟忍而走向前。

当时，王子痛苦的昏倒在地，姐姐见状，赶忙把他抱怀里。不一会儿，弟弟苏醒过来，姐姐只好把他牵着往前走。

姐弟二人，一直往前走着，走到一处森林深处，这里荒无人烟，只听到各种禽鸟，唱着悦耳的歌；树枝之上有许多猴子在玩耍嬉戏；地面上杂草间有许多毒蛇在穿梭爬行。这时，王子又饥渴，又非常想念母亲，便哭着对姐姐说："姐姐啊，我们多可怜啊，半点吃的东西都

没有，现在我渴得火烧喉咙，你还是想法找点水让我喝吧。”姐姐看到弟弟着实可怜，忍心不下，也哭起来，边哭边对弟弟讲：“我们不能呆在森林里，要往山上走，山顶上肯定会有水。”

二人到了山顶上，又找不到水，姐姐贡杜桑姆便寻思到附近找水。这时，忽然发现空中飞来一只鸟，这是卓娃桑姆的化身，那姐弟二人自然不晓得。姐姐见有鸟飞，便拉着弟弟追着鸟儿跑，他们估计鸟飞落的地方肯定会有水源。可惜，二人跟了好一段路，仍未见水，但发现一处沼泽地。姐姐让弟弟在坡上等着，自己便爬到沼泽地里捧一把湿土，从泥土中吸吮水分稍解了一点难忍的口渴。这时，她想为弟弟带一点湿土，但如何带呢？想来想去，想起母亲曾留给她的腰带，她便解了下来，包了一包湿土，回到弟弟休息的坡地上。

正当姐姐去找水时，弟弟贡杜列巴休息的地方，爬来一群毒蛇，年幼的王子被一条蛇咬伤，很快中毒而死去。当姐姐走到弟弟跟前时，发现弟弟倒在地上，摸摸他的身体，已凉冰冰了。贡杜桑姆赶忙将弟弟尸体搂在自己怀里，抱得紧紧地，又是亲嘴又是挨脸，非常痛苦地嚎叫着：

上天的众神明啊，
请看看贡杜桑姆吧！
我是多么可怜多么悲惨啊。
母亲早已飞上天去，
留下可怜的姐弟在人间；
父王被妖魔关进黑牢，
我们姐弟流浪讨饭。
如今唯一的弟弟又惨死，
叫我孤独无伴多可怜！
天上的众位神明啊！
看我命运如此悲惨，
怎不叫我伤心肠断？
谁料到今日有此结局，
倒不如让渔夫扔进湖里边。

正当贡杜桑姆在痛苦诉说时，那卓娃桑姆正在西天仙境为慧空行母讲经传法，突然眼泪掉下。听经的众空行母，见状问道：“您为何突然落泪？”卓娃桑姆对空行母们讲道：

慧空行母请听我说，
按仙境五部空行母授意，
我去到人间偏僻愚昧地，
成了国王嘎拉旺布之妻。

生下一男和一女，
遭遇哈江妖魔来谋害，
她与恶奴肆马然郭，
发现我母女仨生活安然，
嗔怪恼怒生妒嫉，
扬言要杀我母女，
张牙舞爪严相逼。
我不忍如此受威胁，
按照空行母的授意，
为了众生之未来，
远走高飞返故地。
可怜世间留下我子女，
二娇子女受尽妖折磨，
撵他俩出宫廷去流亡浪迹，
可怜我儿被蛇咬，
三岁孩童丧命；
女儿痛哭命欲绝，
此刻应施我法力。

说完，卓娃桑姆变化为白药蛇，出现在王子身旁，从王子脚板下吸毒。片刻，王子慢慢苏醒过来，见姐姐坐在自己身边，露出会心的微笑。

王子醒后，那白药蛇便爬上一棵大树，盘旋到树梢之端，向天空飞去，突然消失在云彩中。小王子见此情景，便对姐姐说：

姐姐请听弟弟讲，
我在此久把姐姐等。
渴望滴水润喉咙，
谁知半日未见影。
突然身边来青蛇，
放出毒气伤我心，
顷刻之间我昏晕，
后来爬出白药蛇，
似从脚心吸毒气，
为弟慢慢才又醒。
忽见白蛇盘上树，

直飞云端无踪影。

不知我姐是否见？

弟思那蛇是慈母，

卓娃桑姆幻化身。

母亲若能伴我俩，

该是何等之大幸，

姐姐请把水给我，

润我喉咙救我生。

贡杜桑姆回答弟弟说：

亲爱的弟弟请你听，

附近难找泉水影，

为姐走到山底下，

只见有一沼泽地，

无物可盛湿泥土，

解下袋子装其中。

再返山顶送给您，

谁料路长加快走，

走到跟前见弟气已尽。

为姐痛哭将你搂，

紧紧抱在我怀中，

焦急等待弟苏醒，

无暇顾得白药蛇，

回头看那袋里土，

水已渗入沙子下，

袋里湿土也干硬。

王子听毕，要求姐姐将那袋子递给他。他只见袋外还没完全干透，便用嘴在袋子上吮吸着。当王子刚吸着湿袋子，忽然间，感到袋子的水有如甘露滴花瓣一样，一下子解渴了。王子便对姐姐说："亲爱的姐姐，我们不能再呆在这里，这里毒蛇遍地，毒蛇能够把我俩全毒死，我们如今得继续往前走，走到天竺的东边，乞讨一些食物，以解肚中饥饿。"

说完，姐弟二人便继续往前走。到了一个遮天盖日的密林里，姐弟俩的亲生娘卓娃桑姆化身为一只猴子，出现在他们面前。那猴子眼光慈祥，久久看着姐弟二人，并说："你们姐弟二人是何等可爱啊！"

这时，王子想，看来猴子可能是密林里的主人。他便上前对猴子乞求地说："亲爱的猴

子，你能不能给我们一点果子充饥呢？”那猴子答道：“你姐弟二人，先坐在香藤阴凉的地方，稍为等等。”

说完，猴子便爬上一棵绿叶苍苍的果树上，摘下许多果子，让姐弟二人吃个够。这树林里有味美可口、营养丰富的果子，姐弟二人尽情享受着短暂的幸福。

数日后，妖魔哈江，在宫顶上四处遥望，突然发现王子公主出现在东边的密林深处。她气愤极了，立即猛摇幡旗，大吹铜号，狠击皮鼓，发号施令。霎时，臣民们迅速集中在宫门之外，听候哈江吩咐。哈江妖魔说道：

我的臣民仔细听，
渔夫真是罪非轻，
孤家命杀小畜生，
而两小畜生安然在，
隐藏东方密林中，
吃着果子乐无穷，
连那渔夫也逃遁。
孤家命令侍臣们，
你等备好诸武器，
逮住两个小畜生，
剥光衣裤抓回宫。

臣民们领令，各自前去准备武器，顺着湖边，沿着王子公主的足迹，往东方的森林追去。

这时，王子贡杜列巴望见远远有追兵到来，他赶紧对公主说：“姐姐你看，这伙人气冲冲从远方赶来，一定要加害我姐弟二人的。”

不一会儿，侍臣们来到离二孩童不远的地方，他们引诱地说道：

亲爱的王子公主，
请听小臣说一声：
国王大人已出牢，
王后娘卓娃桑姆，
从天而降回王宫。
父母不见二小主，
殷切盼望急万分，
他俩以为妖魔害，
二位小主早亡身，
如果你俩已去世，

二老无意在世生。

你父母伤心真欲绝，

微臣们特来寻找小主人。

公主王子听了这一席话，信以为真，马上露出高兴的笑容，走近侍臣跟前。侍臣见机，马上动手把二小主抓住，脱光他们的衣服，双手紧缚在背后，一直带到曼扎岗。

姐弟二人这时才知道受骗上当了，王子对姐姐说："姐姐啊，看来我们生命难逃，我们只好虔诚三宝，向观世音祈祷，求日夜想念的慈母卓娃桑姆啊，快快来解救我们！"说完泪如雨下，公主贡杜桑姆对前来捕捉的侍臣们讲：

众侍臣请听我言，

我姐弟在父母身边时，

你们是何等尊崇敬爱；

今日我父母不在，

你们忍心如此虐待？

你们要杀请杀我，

放我弟弟一条命。

我姐弟十分想念的慈母啊！

在梦中常见到的亲娘，

如真的出现在眼前，

那该是何等好啊！

贡杜桑姆异常伤心地落下眼泪。那些侍臣们毫不怜悯地把姐弟二人强行带到曼扎岗宫门之外。当这一行人路过大街时，百姓们眼见此景，无不哀声叹气地说："含苞待放的花朵又遭严霜打了。"

那妖魔见公主王子二人已被抓来，说道：

孽种孤儿请听着：

你们二人本来是，

没有到顶的宝幢；

二畜生又好似那，

披着假毛的牦牛。

失去父母的孤儿，

无须再活在人世，

今晚暂时让偷生，

明日太阳一出山，

便叫你们下地狱。

抓住公主王子，哈江非常高兴，回宫想着如何对他们加以处置。想毕，叫来二贱民，告知如何去做。二贱民来到公主王子面前，说道：

慈娘哈江命我二贱民，
把你们带到东山巅，
推下悬崖身骨碎。
那山巅乃终年积雪处，
高得伸手可摘天上云，
山涧深似无底的海，
坠落到万丈深渊；
山脚下麇集凶猛之禽兽，
这就是你们的归宿。

说完后，把二孩童关入黑牢中，由肆马然郭亲自看管。

这一夜，二小主因从没进食，又饿又渴，好几次昏死过去。正在这时，卓玛桑姆又一次施展法力，把两个孩子救醒过来。

第二天早晨，二贱民来到妖魔哈江面前，哈江命这二兄弟道："你们将他们姐弟二人，带到东山之巅，推到悬崖下，你们路上不要耽搁，快去快回，孤家自有重赏。"贱民二兄弟按照妖魔之命，用绳子缚紧二孩童，一在前一在后，边行边打，边打边拖，要把他们拖到东方山巅上。途中，走到山腰草地，姐弟二人见有许多斑鹿在玩耍，有公有母，中间跟着许多小鹿。见此情景，小王子对姐姐说："姐姐你看那草地上，母鹿在前，公鹿在后，小花鹿被保护在中间。畜生还有父母爱子女的如此感情，我们生为国王的王子公主，还不如那畜生，实在可怜得很啊！我们今日有这样的苦难，都是因为我们没有母亲的结果，我是多么想念慈母卓娃桑姆啊！"说完伤心地流下眼泪。

到了东方天竺的山巅上，年轻的贱民，一手抱起王子，便要推下崖去。这时王子说道：

大哥请听我说知，
别忙推我下崖岩，
让我死前作祈祷，
祈祷完后再归阴，
如此小命下九泉，
也是心甘与情愿。

王子说完，贱民答应王子的要求，王子跪下祈祷说：

那法身普贤菩萨，
请保佑我姐弟俩；
向报身观世音祈祷，

向化身莲花神祈祷，

虔诚向佛祖来祈祷。

仙境五部空行母，

肤色雪白又柔软；

东方金刚部的空行母，

身披彩带舞翩跹。

右持鼗鼓咚咚响，

左持法铃响叮当，

两脚舞步金光闪，

请从东方甩下飘带来，

引渡我姐弟俩上碧天。

可怜我失去父母，

请慈母卓娃桑姆，

快快救我俩小囡。

那二贱民听了王子祷词，大受感动，不由掉下眼泪。贱民哥哥对弟弟说道："过去那二屠夫没把他们杀死；以后二渔夫又把他们放了，当初公主王子的父母在世时，我们连影子都不敢挨他俩，今日难道要忍心杀死他们吗？我看，还是把他俩放掉算了。"那贱民弟弟对哥哥说："我的本性是不讲情面的，杀生是我的职业，我看还是把他们推下算了。"贱民哥哥又对弟弟说："我们早有分工，你推王子，我推公主。如今哪怕要掉我的脑袋，也不忍心把公主推下崖去。"那贡杜桑姆公主听毕，跪倒在贱民之弟跟前求情道："我求求你，大哥哥啊，你千万不要推我的弟弟，我姐弟俩如能得救在世，我们终究会报答你的大恩。"说完，又泪如雨下，继续苦苦向贱民之弟哀求。

这时，王子对姐姐说道：

贡杜桑姆我爱姐，

姐弟此刻便永别。

姐姐或能保生命，

我已注定归九天，

在这最后诀别时，

愿来世姐弟再团圆。

说完，贡杜列巴伤心地掉下泪来，对贱民弟弟说道："我要说的话完了，你就把我推下崖去吧。"

这时，贱民将王子抱起，从山巅上狠狠地将他扔下崖去。到了半空，只见王子如鸟展翅一样盘旋在空中。

正当贱民抱起王子时，在仙境的卓娃桑姆感到内心十分痛苦，泪水顺腮而下。当即，她便化为一只大鹰，用自己的翅膀护着王子，不让他碰到岩石，受到伤害，慢慢把他放了下来。卓娃桑姆想：为何不见公主呢？正当王子即将坠入深渊时，卓娃桑姆一跃变成了一条大鱼，把王子接到自己背上，慢慢游到海岸边上。这时，她又自言自语说道："怎么公主不见了呢？"说完，便消失在大海中。

当王子脱险爬上海岸时，被冻得全身发冷，不断颤抖着。他东张西望，不知往何处去，痛苦地掉下眼泪。正在不知所措的时候，突然，从白玛坚方向飞来一只鹦鹉。这是卓娃桑姆化身。鹦鹉向王子道：

坐在此地的孩童，
你从何方到这里。
今晚打算到哪里去？
父母姓甚名是谁？
你还有无姐和弟？

王子答道：

鹦鹉难道能救我，
我原本是国王子，
却受妖魔百般来折磨；
我亲娘是卓娃桑姆，
已远飞往仙境去；
父王被关黑牢里，
生死如今无消息；
我姐叫贡杜桑姆，
我名字贡杜列巴；
当日妖魔派屠夫，
想要我俩小生命，
可怜幼年就要死，
好心屠夫解救才得免。
后因无知花园去，
不幸被那妖魔见；
哈江又派二渔夫，
要扔我俩进湖里边，
死前要求作祈祷，
感动渔夫又得免；

我们逃进东方大森林，
又被妖魔主仆来发现；
再派贱民二兄弟，
东山之巅推我下悬岩；
幸亏我碰上大鹰展翅托住，
免得我碰上石岩身碎残。
掉下大海深渊里，
海里来了一大鱼，
背着把我送上岸。
我原出生在曼扎岗，
如今流落在他乡间，
没吃没穿没办法，
不知何处能前往？
今日在此歧途中，
望鹦鹉给我作指点。

这时，鹦鹉便叫王子骑在自己背上，答应把他带走。王子骑在鹦鹉身上。动身起飞时，鹦鹉回过头来说："我们这白玛坚地方，人人都向观世音菩萨祈祷，口诵六字大明行善业，能消除人世间一切痛苦，但就是少了一位继位的国王，我请求你到我白玛坚地方当国王，你看好吗？"说到这里，鹦鹉在空中左右盘旋，以示求拜之意。王子双手合掌，作了回拜之礼。正在这时，从王子头顶掉下来一件黄袍、一条红腰带、一双白皮靴、一条头巾。鹦鹉接在背上，然后将头巾包在王子头上，黄袍穿在他身，腰带扎在他腰间，皮靴穿在他脚上。这时，王子问道："我当白玛坚国王行吗？"鹦鹉连声说道："行行行！"说完鹦鹉加快速度，直飞到一家大婆罗门的门口，对婆罗门说道："我们白玛坚早就没有国王了，这个三岁孩童，是观世音菩萨的化身，坐在香树下阴凉处，我把他请到这里来了，请他当我白玛坚的国王，是多么好啊！"

大婆罗门听完这一席话，心里十分高兴，扔下手中拐杖，直往白玛坚跑。在白玛坚城跑了三圈，高喊道："我们白玛坚的百姓们哪，对观世音菩萨非常虔诚，有一只鹦鹉对我讲，一个三岁的观世音菩萨的化身，坐在香树下阴凉处，如若能把他请到这里，作为我们的国王，那我们这里一定能国富民强。"当时，白玛坚的百姓汇集在一起，听完婆罗门的话后，大家说："当初，你说我们国王没有后继对白玛坚更好；如今又说找来一个国王，真是胡言乱语。"说完，拥上前去，纷纷伸出拳头打他。其中有一个人站出来阻止大家说："这样做使不得，听话要听老辈的话，看鸟要看大鹰的翅膀，听说是鹦鹉报的消息。"众人半信半疑，纷纷跑到那里去看。果然在香树阴凉之处，坐着一位三岁王子，大家十分高兴，十分满意。

白玛坚的人们，牵来一匹鹅黄神马，备了金鞍银蹬，敲锣打鼓，吹号呼喊，高举幡幢，异常隆重地列队将王子迎请到白玛坚，登上宝座。

从此，白玛坚地方，人民更加安居乐业，国家愈加富强起来。再说那山巅上的公主，见弟弟被丢进海里，心想：我还有什么心思活下去呢？正要随着跳下崖去的时候，贱民大哥赶忙制止公主下跳，将公主背在自己身上，下了山来。在下山半道上，贱民想道：我前世造孽，报应的结果是生在贱民家，今日又犯下罪恶，使这小姐弟受到如此痛苦，我再死了肯定要坠入十八层地狱。我倒不如早点死，以少犯罪孽。这时，他将公主放了下来，从腰间拔出匕首，准备自杀。

正在紧急关头，公主猛扑上前，用那细白嫩稚的小手，抓住那如鹰爪一样的粗手；犹如萤火虫扑火一般，扑到贱民身上，说道："我今能不致一死，是你的恩情；不能由于我，使您丧失生命。您如果这样自杀，那将来五百次轮回中每次都得如此自尽。您千万要放弃这念头。"贱民听这一席话，内心十分感动，不觉掉下眼泪，对公主说："公主贡杜桑姆听我说：你再也不能呆在这里了，从这里翻一座山，便是白玛坚一个大牧场，你到那里去讨饭求生吧！"说完，他十分痛苦而又恋恋不舍地回家去了。

贱民走后，公主一直绕着这座山往下走，因为过去两个渔夫把他们带到很远的地方去，后又被哈江的侍臣带回曼扎岗，如今又被贱民带到这遥远的山巅来，几次折腾，她已筋疲力尽昏昏欲睡。但是，她眼前突然出现一个仙女，那仙女用嘴吸了她的脚心，她顿时消失疼痛疲劳，恢复了精神。

公主有了精神，想道：我心爱的弟弟被推下到深渊底下，也许能找到他的尸体。假如找不到尸体，找到人的头发也好。想到这里，她决心下山去寻弟弟的尸体。她走着、走着，走到海岸边上，东寻西找，始终见不到弟弟的尸体，看到的是过去被推下崖的许多人的白骨堆。她在骨堆中，将小孩的骨头和头发全部捡起来，带到一个婆罗门那里，做了和弟弟岁数一样多的小泥象，她将这些小泥象，送到塔身里，她便在这里念佛祈祷。

祈祷完，贡杜桑姆便向白玛坚大牧场方向走去，乞讨一点吃的东西。走到牧场，她说道："牧主开恩呀，给一点吃的东西，给这个可怜的小女孩吃。"这时，帐篷里出来一个牧民，给她一点吃的东西。她又继续顺着牧民帐篷去乞讨。正当她在牧场要饭时，不幸被狗咬伤，只好在这里养伤，耽搁了三个月。这里的牧民给她一条九层补钉的毯子，又给她一根撵狗的棍子，又给一个"唐古"（小皮口袋，用于揉糌粑，装食物）糌粑。然后指点她："你从这里再翻一座山，便可见到白玛坚的王宫，白玛坚王室是十分行善积德的，你到那里去要饭，一定会得到满足的。"

公主含着眼泪，离开牧场，走到白玛坚王宫门外。她望着高大的宫殿，十分凄凉地喊道："神明的国王啊，可怜可怜我这小女孩，给我一点吃的、穿的吧！"

这时，王子正在楼台上散步，听到那乞求的喊声，非常像姐姐的声音，好比利箭穿心一

样痛楚。他想这是多么像我姐姐的声音啊！于是，他马上命令大臣达瓦桑布："你到宫门外向那女乞丐问个仔细，她从哪里来？有何亲戚故人？"

那达瓦桑布大臣跑到公主面前，对她说：

女乞丐你来自哪里？
你曾飘流过哪些地方？
你打算再到哪里去？
你家父母亲戚是否在世？
详详细细告诉我，
我好禀报国王悉知。

公主听完，对达瓦桑布说：

敬爱的大臣啊，
小女从曼扎岗来；
父王叫嘎拉旺布，
已被妖魔锁黑牢；
母亲叫卓娃桑姆，
早已腾空飞仙遥；
弟弟是贡杜列巴，
被人扔进大海浪滔；
小女名贡杜桑姆，
没吃没穿莫耻笑；
请报国王多开恩，
给点施舍积功劳。

说完，双膝跪下，苦苦哀求，泪如雨注。

大臣回宫，将女乞丐所言一一对国王禀报。国王听完，泪如断珠，说道："孤王也是来自曼扎岗，那门口乞丐莫非就是我亲姐姐。"于是，他焦急的跑出宫殿，来到门口，一见，果然是自己的姐姐，马上扑上去。姐姐也认出国王乃是自己弟弟，两人相扑，抱头痛哭，哭得都昏死过去。在旁的大臣们，急忙用香水洒在他们脸上，姐弟很快醒了过来。大臣们立即将公主带去洗澡、更衣，戴上宝贵装饰，并把她请到宫殿上来。宫殿上，公主坐在聪玉宝座上，王子坐在金玉宝座上，众臣纷纷上前庆贺姐弟团圆。

从此，姐弟二人，用佛法共同治理白玛坚国，使国家富强，举国上下，享受着五妙欲之幸福。

过了一些日子，曼扎岗妖魔哈江，发觉公主姐弟二人还在，拼命地摇旗、击鼓、吹号，搅得惊天动地。众臣民闻声，都聚集于宫殿门外，臣民们对哈江说道：

尊敬的王后陛下，
您从没如此高举旗幡，
金号没吹得那么响亮，
大鼓击得没像今日那样急促，
不知国家有何灾难临头？
受了来自哪方敌人的威胁？
臣民尚觉得太平安宁，
不知王后有何重大事情？
请向臣民指点明白吧。

哈江妖魔气势汹汹地对臣民们说道：

汇集于此众臣民请听，
那该死的贱民二兄弟，
没从悬崖扔下二孽种。
如今王子已成为白玛坚国王，
真是把我哈江气得火直喷。
星星火不灭可燎原，
小溪不堵能漫城，
三天之后黄道日，
曼扎岗千军万马，
将把白玛坚国围攻，
一举歼灭二小妖孽种。
本后哈江亲统帅，
臣民一概得准备，
到时跟我去出征。

说完，哈江便回宫去。

第四天，正是黄道吉日，曼扎岗千军万马，汇集于宫前广场之上。哈江王后备有黑魔马，身披盔甲，手持硬弓，腰挎利箭。妖魔上马，在马上张牙舞爪，凶相毕露。这时，妖臣们一个个前呼后拥，以壮行色；那法臣们见此情景，内心却十分沉重；无奈妖魔凶残，没有办法。妖魔统帅队伍，浩浩荡荡开向白玛坚。

白玛坚国王和臣民们见此状，惊慌万状，痛心疾首。这时，达瓦桑布大臣前来向国王禀报：

尊敬的国王陛下，
对此剧变要镇静，

对付妖魔黑军马，

不才愿效力去对阵。

臣带大军三万人，

敢打妖魔挖黑心。

这时，国王仰首向远方说道：

父王大人请遥听，

慈母在天也会听，

这一仗儿子我敢担当。

儿王决心开国库，

把玛瑙金甲来穿上；

金马加上一羽箭，

土枪装上猫鹰毛，

再配铜铁子弹闪闪亮，

一旦遇到恶妖魔，

我自有用不完的力量，

请父母给我好好来武装。

天界的仙女们啊，

请把鹅黄快马赐给我，

你们为我三万军马来作主，

有后盾我敢把黑妖降。

王子回头又对大臣说：

你达瓦桑布出征，

定能敌过妖魔群，

群魔死期已临近，

今日不灭众妖魔，

明日后患无穷尽。

王子自语道：我想起父王昔日曾预料，你这个儿子以后将会少年有为，定能英勇善战，举世无双。想起父王的这一段话，使他便增添了战胜敌人的无比力量。于是，王子披甲戴盔，手持弓箭，骑上鹅黄神马，带上三万兵马，开出白玛坚王宫，上阵迎敌去了。

妖魔哈江见到雄姿英发的王子就在眼前，更是咬牙切齿，便拉弓搭箭，发话道：

你这小畜生听着，

短命鬼来到我血盆大口中，

短命的小虫爬进蚂蚁窝。

今日如不将你心肝掏，

趁热吃填我辘辘肚腹，

便请四方的护法神惩治我。

哈江说完，张牙舞爪，露出凶相。这时，王子见状，心中甚骇，他在马上祈祷：

十地普贤众菩萨，

天界五部空行母，

今日请给我做主，

保佑我消灭妖魔，

箭头靠天神，

箭尾靠龙神，

箭腰靠忿怒法神。

请三宝帮我拉弓，

我这一箭不射天，

因为天上有天神；

也不射向地下，

地下居有龙神；

也不射那空中，

空中有忿怒尖神，

请天神派龙兵到来，

请忿怒神派神兵来支援，

请三宝亲任我军主帅。

王子祈祷完毕，向哈江射去第一箭，这箭不高不低，正射中妖魔哈江心脏。顿时，哈江摔倒在地。这时，曼扎岗臣见箭是王子射来，纷纷拜倒在地求饶，各人将手里弓箭、刀矛等武器，一一献在王子面前。这时，王子从鹅黄飞马上下来，走到妖魔哈江面前，把手上的箭全都插进哈江身上，说道：

妖魔哈江竖耳听，

睁眼看看我是谁？

本人是贡杜列巴，

白玛坚国王你的仇敌！

这时，妖魔哈江苦苦哀求道：

尊敬的王子请听，

我有眼不识佛尊，

不知您是神化身，

您的神法无穷大，
这次饶我一条命，
我当您的继母亲，
您是我的好儿王，
咱母子治理曼扎岗。
公主贡杜桑姆留在此，
管辖治理白马坚，
两国自此作友邦，
你饶我我迎你来作王。

王子答道：

妖魔哈江听仔细，
你逼我母飞上天，
留下孤苦我姐弟。
我父王嘎拉旺布，
你用鸠酒毒害他，
无辜被关黑牢里。
想到这咬牙又切齿，
怎能饶过你这黑魔！
当初我姐弟落入屠夫手，
你又命渔夫诛戮，
后又叫贱民来杀灭。
贱民老二将我推深渊。
如今死敌落我手，
怎能轻易饶恕你！

王子说完，四面八方臣民又是射箭，又是戳矛，将妖魔哈江当场杀死。接着，王子令人将妖魔埋入九层地狱里，上面立一镇魔黑塔。事毕，王子说：

那佛法灭亡之前，
妖魔永不得翻身，
妖魔镇压于塔下，
从此世间得安宁。
此方雪域众生地，
我为正治理安顺，
愿佛法在此扎下根。

曼扎岗全体军民，为镇住了妖魔，欢呼雀跃，高兴异常。白玛坚的臣民，听到妖魔被杀，兴高采烈，共同欢庆。这时王子说道："我马上要到曼扎岗去，因父王嘎拉旺布还被哈江关在黑牢里。命大臣达瓦桑布，请把鹅黄马拉过来。达瓦桑布及随臣一千五百名，带上各种药物，随我一同去曼扎岗。"

他们一行到了曼扎岗，先把妖魔亲信肆马然郭抓住，流放于偏僻荒凉之地。接着便进宫将黑牢打开，见到国王，已是瘦如干柴，只剩皮包骨头，奄奄一息。王子见父王如此惨状，痛哭不已，昏死在地。不一会儿，王子醒了过来，抚摸着国王身体，说道："敬爱的父王，您受苦了，这完全是妖魔哈江作的鬼，那妖魔残忍异常，把您折磨得不像人了。儿多年不见父王大人，请慈父对儿作训示。"

这时，国王睁开眼睛，看了王子一眼，由于奄奄一息，欲语却不能开口。这时，王子命人在国库中，取出白母牛之奶，奶中放进灵丹妙药，亲自灌进国王嘴里，又拿来起死回生药，擦于国王全身。过一会儿，国王开始有了热气，也开口说话了。国王说道："我眼前的年青人，可能是我儿贡杜列巴。我妻离子散受痛苦，全是妖魔哈江所造罪孽。数日之前，我得知哈江带兵远征去，预料妖魔近日即返回，我儿赶快向白玛坚逃奔，不然妖魔回归又要杀害你。"

王子立即对父王禀道：

父王大人听我言，
妖魔哈江出征白玛坚，
我白玛坚倾国来抵抗，
如今妖魔被全歼。
灭了妖魔众欢喜，
儿才带兵寻父王，
恭请父王来入宫，
共庆国泰又民安。

说完，父子二人，双双进入宫殿，坐上金銮宝殿。

这时，曼扎岗旧臣紫母和支那曾等，走到殿前，叩拜国王与王子，说道：

尊敬的国王与王子，
臣等曾被哈江骗，
害得您俩受熬煎，
国王无故锁黑牢，
王子公主多遭难，
如今驱散乌云红日现。
当时王子公主跑入森林时，

是不忠之臣来诱骗，

想起此事罪孽重，

今把全部国库献，

立功赎罪报前衍。

说完，将国库中的金银财宝，牛羊马群，敬献给国王父子，这时，国王说道：

各位大臣请听说，

你们原无甚恶，

中了妖魔诡毒计，

既往不咎从此要悔忏。

自今不能再作坏，

弃恶正勤行十善，

一心虔奉观世音，

六字大明日夜诵不断。

王子接着说：

我之恩人屠夫二兄弟，

还有善良二渔夫，

你们马上恭请来见我。

一大臣听令，赶忙跑出宫外，找来屠夫二兄弟和二渔夫，带到国王面前。王子下命令取来大量金银及粮食，赐予他们，并说："我的恩人屠夫二兄弟，任命你们二人从此当曼扎岗大臣；善良的二渔夫，命你们二人自今日起，为白玛坚国大臣。"

这时，王子、国王及随臣一千五百人，全部来到白玛坚国，在那里和公主团聚，欢庆三个月。从此，他们治理国家，国富民强，过着幸福生活。

（此曲目藏文木刻本现藏西藏自治区档案局）

扎年弹唱曲本资料

格萨尔王传·门岭之战(片断)

[演员们在雄壮的音乐声中上场

齐唱:

歌的调是鲁啊拉塔拉塔拉达热亚,
愿歌曲开头就唱得好。
雄狮般的神童格萨尔,
在三五一十五周岁时,
向北方羊康犯敌去出征,
箭穿魔龙王的天灵盖;
二十五岁风华正茂时,
向黄色敌人霍尔营垒去出征;
寿享三十五岁壮年时,
向紫色敌阵恙人去出征。
恙岭九载逢烟正弥漫,
终将众魔心脉都斩断。
众人心愿得实现,
如愿以偿万民欢。

白:

正当格萨尔君臣们大摆胜利喜宴,畅饮吉祥酒茶,众属下分别回到自己住处,享受安乐平和之时,就在水龙年仲夏之月十三日的夜间,天色似亮非亮,似明非明,高山头顶尚未戴上金帽,低海面上未曾落下金线,苍穹中的群星尚未消散,在天穹之中央,白色的大梵天在彩虹之上唱出这样一首歌谆谆告诫。

头尾齐唱、中句领唱:

歌的调是啊拉塔拉塔拉,

塔拉呟是歌曲的唱法。

上天的骄子大圣人，

请您莫酣睡快起身。

请您聚精会神听我言，

在梦幻中的好儿男，

贪睡的男子无本事。

我要禀报的话言，

前世在岭地疆域内，

英雄甲察尚未成人，

尊兄未在如岭诞生时，

从南方门地的国都，

主帅名叫阿穷凯如，

副帅名叫穆穷古如，

率兵十五万到岭地，

击溃岭部落十八个。

杀戮人马难计其数，

抢掠大量绫罗绸缎金银财宝贵重物资，

岭将点察、拉崩均阵亡，

抢走九十四膘悍战马。

杀人的鲜血流淌遍地，

复仇之恨便由此产生，

迄今以后再选择战机，

千仇万恨不报是懦夫。

[众唱完后，像彩虹消失一样地隐没了。

白：

岭地勇士们都闻讯会集到校场口央，文臣武将等精神抖擞，各就各位。无敌勇武之王坐在九十九路大军之上名曰"仁钦旺杰"的黄金宝座之上，后有苍龙之座帔，上有孔雀之华盖。

格萨尔王圣心慈祥，但龙颜怒纹累累，龙目似电光闪烁，开言喝道："喂，总督军荣擦查根、耶布钦·僧伦日杰、色擦·本吉阿钦、嘎甲咯·顿巴坚赞，你们乃我岭地倚重之四臣。可是，在上天之神未复详示之前，门地十六部落中的阿穷凯如和穆穷古如派军十五万众，犯我岭地之往事，你们都只字未曾向我提起，如此密而不奏是何道理？"说罢便引吭高歌"仲钦斯(伦)嫩"一曲。

格萨尔唱：

歌调是啊拉塔拉塔拉，
塔拉吆是歌曲的唱法。
若是不知此地是何处，
这是多康岭地的国都。
若是不知我为何许人，
我名叫米年巧如郭擦。
至今尚未雪恨复仇，
众臣们可知是否羞耻，
准备进军门地莫迟误。
大丈夫立志报仇雪恨，
九个春秋仍然不算晚。
我岭地嘎查摩的精华，
诸位将领所率部署中，
挑选精兵良将五万名，
打垮南方门国王星赤，
赢得胜利高奏凯歌还。
四位将领把话记心上，
那岭地浩浩大军，
纷纷汇集于纳千杂热穆塘草原上。

白：

此刻，南方门地国君星赤王来到“赞布东日朗”城堡顶端游览。他架起望远镜，远眺一支遮天铺地大军，进入自己国门土地，对众将训斥道：“今年，有一支劲旅来到我门地，需派人前去查询他们从何地来，到哪里去。现在，我虽未下令门楚·达瓦查布赞和囊伦·古拉妥久前去，已是你两位将领效命之时。”于是，囊伦·古拉妥久跨上一匹黄快马，门楚·达瓦查布赞骑上一匹青鬃“泼尤丁信”驹，直驱门地大军阵前。

说话之间，那绿松耳石般的南营中，骁勇恙楚·优拉妥久披挂箭、刀、矛三轮，跨朗亚的青骢马，飞驰上前，挡住了古拉妥久和门楚·达瓦查布赞二人的去路。

南方的囊伦·古拉妥久立于黄马镫之上，左手略松缰绳，右手叉腰喝道：“喂！你背后的爹叫何名？你面前的娘叫何名？你们庞大的部队到此有何贵干？”随即高歌一曲。

古拉妥久唱：

歌的调是啊拉塔拉塔拉，
塔拉吆是歌曲的唱法。

若是不知此处为何地，
她美名纳千杂热穆塘；
若是不知好汉我是谁，
是英雄囊伦·古拉妥久。
喂！你这小子仔细听，
你这青人青马“加列巴”；
南方这块宝贝的门地，
是好汉我古拉的地方。
你们来此原因何在？
并非迷途而来此探险。
南方“杂热穆塘”大草原，
不是无主而闲弃之地。
若要吃草需要交草钱，
若要喝水需要付水费。
如果有一天你不交钱，
决不会轻易地放过你；
如果及早不把实话讲，
叫你尸横遍野见阎王。

白：

于是，优拉妥久回敬道：“喂！你这位好汉古拉妥久，像你说这般豪言壮语我不会，鄙人倒有三句话想说一说。”

优拉妥久唱：

歌的调是啊拉塔拉塔拉，
塔拉吆是歌曲的唱法。
倘若不知好汉我是谁，
就是恙楚·优拉妥久。
国王率众来自岭上部，
似天兵天将降临门地。
把真实意图告诉你吧，
岭国王侄儿查拉孜杰，
和门公主梅朵拉孜俩，
今世相配是前世有缘，
我们来此目的就是求婚，
请你古拉把话记心间。
年轻而美丽的小姑娘，
如若和平求婚不同意，
往后抢婚时且莫后悔，
盼你国王大臣细商议，
明天、后天和大后天，
限这三天内要把话回。

白：

歌声刚完，古拉妥久立即说道：“嗯！等着瞧吧！”

嗣后，是星赤王听说岭地大军降临的情况，尤其是听到公主要许配给岭王侄儿查拉孜杰当妃子，更是勃然大怒，气得如同松耳石上的巨龙一般，发出震天吼声，满面愤怒的皱纹，两眼同闪电的红火，咬牙切齿发出嚼青稞花的响声，顿足捶胸。他怒气冲天地道："罪魁祸首岭地的巧如他，今天又窜到我们门地。口里说得天花乱坠，心里却在觊觎我的国家领地。南方之王我郎卡坚参，既不会受骗，更不是黩武夺取对象。但是，在此聚议的众将领们，十万火速整顿大军，看看谁是英雄好汉，谁的刀箭锋利，谁的战马冲在前！"

国王说毕，门地诸将们纷纷行动，立即集结部属。三天之内，即在南面的伊摩塘钦上安扎营寨，传令南方的达莫东堆和优如·米钦等主将与副手各率兵马五千，开赴南方河流徒涉渡口。并将上渡口白奈城、中渡口浩布琼和下渡口阿嘎多三处布下天兵把守。

当天，总督军荣擦查根向君王格萨尔禀报后问道："我岭地众英雄兄弟们中，可否有熟悉南方河流徒涉渡口的人？若是有人，则涉水前进便是上策。"

霍尔贤巴·梅乳孜骑在一匹枣红马上，犹如"赞贵"一样，率领一支戴红旗头盔的大军开路。由巾帼英难阿达拉姆率军殿后，开始向南渡河。

当走到河中间时，南方将领达莫东堆骑一匹"泼若丁信"马，在白色宝雕弓上挽着五支利箭，唱了一首推心置腹的歌。

达莫东堆唱：

歌的调是啊拉塔拉塔拉，
塔拉吆是歌曲的唱法。
若是不知此处为何地，
向下流逝的南方事河；
若是不认识好汉我是谁，
八千部队首领达莫东堆。
青年将领我二十五岁整，
你这红人、红马、红扁贼，
窜来大帅我面前，
你是个寿数已完的人，
我这白宝雕弓上有五支箭，
第一箭是射你这些红人，
让你露面的骨头像雪崩，
里面的灵魂如油灯熄灭。
让你的生命与躯干分开，
听到了就记在你脑海中。

白：

歌毕，便连发数箭；第一箭射向红色贤巴，略擦头盔射穿一小孔，第二箭射向巾帼英雄阿达拉姆胸前的"墨诺"，金护片虽已粉碎四溅，但身体尚未负伤。

霍尔红色贤巴奋起迎战，挥舞手中的九尖黑矛，喝令道："喂！你这小子达莫东堆竖耳听着，你说的都是实情，今天真巧，倒遇上了我。"

贤巴·梅乳孜唱：

歌的调是啊拉塔拉塔拉，
塔拉吆是歌子的唱法。
若是不认识我是谁？
英雄敏久贤巴·梅乳孜。
我曾杀过百名男子汉，
博得百名美女的心欢。
南方门地的众将臣属，
尤其是你这达莫东堆，
我手掌中拿的这支矛，
乃是黑恶鬼的致命铁，
历经二十九日打铸成，
是用罗刹心血淬的火，
终于临到今朝这一天，
至死仇敌达莫东堆你，
遇到罪孽深重的贤巴我。
你若逃跑一个指头远，
就去喝你国王的心血，
我若逃跑一个指头远，
示意我不是红色贤巴。
听懂我话你就记心间。

白：

歌声刚完，贤巴一矛刺去，正中达莫东堆前胸的两乳之间，矛尖从背心穿出。

可是，达莫东堆是魔鬼之子，他鲜血流淌，从鞘内拔出剑来，手起剑落"当啷"一声，把贤巴的长矛从中劈断。

贤巴从鞘内抽出"吐热拔瓦"利剑，接连向达莫东堆砍去。

巾帼英雄阿达拉姆随即纵马前来，猛向达莫东堆刺上一矛，正中心窝。

只见达莫东堆逃至南方河流渡口旁翻身落马。他的马、盔甲、"三轮"都被贤巴所缴获。

诸勇士们经过一场魔战，南方七员大将在刀枪弓矛之下死于非命。

瞬间，岭地的劲旅便乘胜追歼，涉水直驱南方的埃玛塘钦，安营扎寨。

此刻，岭地的三十名将领和官员所率大军也胜利会师，旌旗飘扬，步步为营，驻扎下来。

（参加全国优秀节目（南方片）观摩演出节目）

次仁穷穷开会回来了

众唱：次仁穷穷骑着骏马走了，
次仁穷穷开庆功会去了。
次仁穷穷今天要回来了，
森林快为他闪开道！
雪山快为他闪开道！
次仁穷穷今天要回来了。

众白：阿啧，次仁穷穷回来了！

次唱：多谢大家的惦记，
开完了县里的庆功会，
我快马加鞭回来了。

众唱：大会开得怎么样？
快把好经验讲一讲，
快把好经验讲一讲。

次唱：书记说我们生产搞得好，
要一手抓粮食增产，
一手把“印把子”掌牢。

众白：提得及时，提得好！

众唱：没燃尽的牛粪，
还会冒火苗。
阶级敌人存在，
时刻会把坏事搞。

甲白：是啊！是啊！

甲唱：叛乱代理人旺青格勒，
口口声声把我叫“兵家”，（亲戚）
呸！谁是他的“兵家”！

乙唱：叛乱代理人旺青格勒，
给我送肉又送“羌”。
呸！谁要他的肉和“羌”！

丙唱：代理人贡角益西，
想叫我给他当女婿，
呸！谁给他当女婿！

丁唱：代理人贡角益西，
问我于部会上说的啥，
呸！别作那变天梦啦！

次唱：豺狼不被人打死，
终归要把人来吃，
反动派就似豺狼狠。

众白：对，对！

众唱：对野心不死的豺狼，
我们要坚决消灭光。

次白：诸位乡亲请回，

次唱：生产上经验还很多，
今晚开会慢慢讲。

众白：对，对！

众唱：今晚开会慢慢讲。

（1964年参加全国少数民族业余艺术观摩演出会节目，土登创作改编）

折嘎曲本资料选

好　得　很

折嘎老人：我说折嘎的尼玛才让，来自东方的工布地方，那里的原始森林里，修起了高高的楼房。我说折嘎的尼玛才让，来自南方的泽当平原，广阔的田野上，金色的庄稼像无边的海洋。我说折嘎的尼玛才让，来自西方的阿里地方，那里的羊毛像白云一样。我说折嘎的尼玛才让，来自北方的那曲草原，碧玉般的草原上，牛羊像星星密布。我说折嘎的尼玛才让，看到了党领导下的新西藏，处处一片繁荣景象。共产党的领导就是好啊！（说话间众上）

众：说得对！

工人：共产党的领导就是好！

农民：民主改革就是好！

牧民：生产建设成绩就是好！

喇嘛：人民生活就是好！

教员：还有一条：社会主义就是好！

众：对！对！

众唱：千万农奴翻了身，好得很！

人民当家做了主，好得很！

农业牧业大发展，好得很！

人民生活大改善，好得很！

农民唱：翻身农奴骨头硬，

组织起来得丰收。

过去有袋无粮装，

如今粮食堆满仓。

众：对，对，堆满仓，堆满仓！

工人：改良工具干劲足，

农牧业生产大发展，
工人和农牧民团结紧，
共产党领导我们向前进。

众：对，对，向前进，向前进！

喇嘛：党的政策实在好，
宗教信仰有自由，
寺庙管理民主化，
封建特权被打垮。

众：对，对，被打垮，被打垮！

教员：文化事业大发展，
翻身农奴办学校，
穷人子女上学校，
社会主义实在好！

众：对，对，实在好，实在好！

折嘎老人：大家都说在共产党领导下生产、生活好。可也有一小撮人，说党的领导不好，民主改革不好，人民生活不好……

众：呸！这都是造谣！

（快板）敌人黑白来颠倒，
妄想复辟把谣造，
阶级斗争不能忘，
刀把子一定要掌牢！

折嘎老人：是啊，阶级敌人说新生活不好，这完全是污蔑造成谣！旧社会给了我什么？一根讨饭用的打狗棍，一个烂木碗，一身破衣裳，可是新社会——

众唱：村里年年盖新房，好得很！
人人都添新衣裳，好得很！
牧场处处搭棚圈，好得很！
家家户户有余粮，好得很！
农奴孩子上学校，好得很！
受苦的奴隶把家当，好得很！
齐声歌颂共产党，好得很！
毛主席的恩情永不忘，好得很！

（拉萨市业余歌舞队1964年参加全国少数民族业余艺术观摩演出会节目）

贺　喜

（双人折嘎）

索朗次仁　藏　文　创　作
索朗次仁　饶元厚　汉文翻译
龙　　日　阿旺洛珠　表演者

啦杰罗！说的是吉祥词，唱的是吉祥歌。

昨晚，繁星闪烁；今天，红日高照。天空，犹如明亮的宝镜，地上，好似传说中的仙境。请看那祖国西南边疆的社会主义新西藏，团结、富裕、文明的一派兴旺景象。哈哈哈！温暖的太阳，从未像今天这样灿烂，美好的时光，从未像今天这般增辉；播下的种子，从未像今天这样长势喜人；党的民族政策，从未像今天这样深入人心。这累累的硕果呀，遍布万里高原，世界屋脊。

今天，折嘎我桑百顿珠和小兄弟益西平措俩，喜看家乡美好情景，怎能不心潮起伏，万分激动？我俩的心田，开出了瑰丽的花朵，结满了丰硕的成果。今天，我俩背上吉祥的六弦琴，黑白面具挂在肩，如意木碗揣在怀，骑上春风般的骏马，舀一壶珍珠的水，翻越崇山峻岭，来到拉萨日光城。哈哈哈！

这座美丽的古城，在党的民族政策的阳光照耀下已换新颜，新铺的柏油路笔直平坦，新建的商店物资丰富，新盖的楼房如牙齿一般整齐。当我俩登上布达拉宫鸟瞰，天空撒下甘露，升起一道彩虹；大地像盛开的八瓣花朵，座座林卡好像婀娜多姿的孔雀开屏，哈哈哈！

当我俩游览八廓街后，穿进一条小巷，从一幢新楼房里传来阵阵欢歌笑语，欢乐的歌声和动人的琴声，扣人心弦；男女青年相互对歌，比试高低；还传来了“当当”碰杯声和铜铃般爽朗的祝酒词。当我俩仔细仰望时，门窗挂着微波荡漾的风帘，门的上方吊着五彩缎条；宽敞的门外，有用白灰撒画的八大吉祥图案，门里两侧，银色水缸和金色燃料都披上了洁白的哈达。啦哈哈！

人们奔走相告，今天，这里是吉祥的日子！喜庆的日子，欢乐的日子！

当我俩登门祝贺时，新郎笑脸出迎。他满面春风，神彩奕奕，矫健的身躯，犹如翠竹般的标致；身上穿着江孜“谐玛”衣，头上戴的拉萨金丝帽，脚上穿的日喀则长皮靴。新娘尾随而出。她似一朵含苞待放的莲花，纯朴的心灵犹如雪山般的皎洁；身上穿的扎囊优质氆氇衣，桃红的长袖衣很醒目，吉德秀细纹的围裙系腰间，脚上穿的藏式绣花鞋。啦哈哈！

这时，新郎新娘盛情地紧握我俩的手：“呀！来自远方的折嘎贵宾桑百顿珠和益西平措两位，千里迢迢，不辞辛劳。请进，请坐，好好歇息。”

新郎双手捧着大银碗，热情地说："请尝去年酿的醇酒，请喝今年酿的甜酒。"新娘双手端起吉祥的"其玛"深情地说："请稔今年丰收的青稞粒，请点吉祥如意的'其玛'粉。"啦哈哈！

接着，好客和主人给我俩端来芳香可口的点心，有水晶般的冰糖，阿里的蜜桃，泽当的瓜子，拉萨的薄饼，昌都的石榴，工布的雪梨。丰盛的瓜果，让我俩品尝。啦哈哈！

新郎的父亲是位敦厚善良的老人。他有着银色的发须，翡翠般的双眼和慈祥的面容，他"登登登"地来到我俩面前，乐哈哈地说道："吉祥，如意！"并捋了三下胡须，爽朗地说："新娘贵桑旺姆品性温顺，勤奋努力。在建设美好家园的进程中，干劲冲天，就是几百匹骏马也无法阻挡她勇往直前。我的好新郎品性端正，钻研技术。在为祖国四化建设的壮丽事业中，热爱本行，精益求精。今天，我们的生活，在党的民族政策指引下，犹如旭日东升，蒸蒸日上。他俩的婚事，就是在这样安定兴旺的情势下举行的。真喜上加喜，众人称道。"啦哈哈！

折嘎我俩环顾沿沿洞房，琳琅满目，十分耀眼。在那正中，挂着革命导师毛主席的像，上面端端地披上一条阿细哈达；两边的下沿，贴着新郎新娘荣获工农业劳模范的奖状，雕刻着四季花卉的藏式立柜，并排成行，闪闪发光；烫金的石榴图案的方桌上，摆着如意麦穗斗，五束彩箭直插中央，两旁放入上银质的酒壶和酒碗；獐子毛的厚垫上铺着细绒卡垫，藏式长条桌上还安放着一台国产凯歌牌电视机；丰收的青稞堆满粮仓，新鲜的酥油、牛肉层层堆放。我俩再欠身俯视大院里，停放着一台永久、凤凰牌的自行车。

这样的日子，怎能不使我俩心花怒放，手舞足蹈，放声歌唱?！啦哈哈！

新郎的父亲笑逐颜开，朗声问道："桑百顿珠大哥，益西平措小兄弟！今天，你俩有何赞歌，有何颂词，有何讽喻，有何讥笑?"啦哈哈！

我俩左右一看，耳语问及：据说在坐的男女青年歌手坐在一排，据说善跳踢踏舞的坐在一排，据说会跳孔雀舞的坐在一排，据说会唱藏戏的坐在一排。顷刻，那些来宾们风趣的问道："你们两手叉腰，何成其为折嘎?双脚像驴掌，哪能跳踢踏?脑子不灵活，怎能说折嘎?口齿不清，竟能把颂歌唱?！"

我们两拉折嘎自负地微笑着，晃了三下双肩，拍了三下衣襟，回敬他们道：

甲：　折嘎我的名字叫桑百顿珠。

乙：　徒弟我的名字叫益西平措。

甲：　这个叫黑白面具。

乙：　这个叫长坠耳环。

甲：　这琴叫吉祥扎年。

乙：　这碗叫如意木碗。

齐：　若问折嘎我俩有何赞歌，有何颂词？没有赞歌、颂词何成其为折嘎?！啦哈哈！

乙唱： 为个黑白假面具，

没有哪样不会的，

遇见亲人和朋友，

露出白牙笑嘻嘻。

额中日月放光辉，

是铭记导师教诲。

右鬓白须向上翘，

是兴致勃勃象征；

左鬓黑须往下吊，

是心胸宽广标志。

这撮长长的胡须，

像老山羊的翘须；

鼻孔吊的小贝壳，

完全是出于滑稽；

双耳戴的长耳坠，

是本民族的装饰。

甲唱： 这吉祥的扎年琴，

檀香桑木雕制成。

一曲凯歌沁心田，

灭敌救友情谊深。

齐： 今天，你们问我俩讽刺、讥笑谁？不学无术，没有真本领。只会听嘴在“卡垫上游泳”的人，是我俩讽刺的对象；好逸恶劳，假情假意，道德败坏的人，是我俩讥笑的对象。爱劳动，爱家乡，讲团结，讲礼貌，建设新西藏有贡献的人，是我俩赞扬、歌颂的对象。啦哈哈！

父亲听后，连连抖着胡须哈哈大笑，新郎新娘高兴地翩翩起舞，歌手们唱出动听的歌，来宾们异口同声地说道：“桑百顿珠大叔，益西平措小弟！今天，我们要向你俩敬上这吉祥、欢乐、幸福的酒！”

乙： 这时，徒弟我益西平措从怀里掏出如意大木碗。今天，我要赞颂我这亲密的伙伴，带着它走到后藏。

甲： 可以和那里的大木碗相媲美，

乙： 带着它来到拉萨。

甲： 可以和这里的木水桶相媲美，

齐： 回到咱俩的家乡。

可以和家里的土砂锅相媲美。

宾主们喜笑颜开。一位英俊的小伙子上前说道："今天，我们要向二位敬上十大碗，让醇香可口的美酒渗透全身，醉得六弦琴和假面具互不相识，弄得你折嘎和大木碗互不相识。"

这时，大家酒兴特浓，笑声震天，尽情歌舞，欣喜若狂。

新郎的父亲在欢歌声中，向我俩献哈达。

新郎新娘热情地欢送我们。

宾主热情洋溢，彼此祝福。在建设伟大的社会主义祖国，建设美丽的新西藏，建设可爱家乡的勉励声中，我俩兴高彩烈，挥手依依告别，弹起悠扬的扎年琴，跳起欢快的踢踏舞，将要飞向自己的家乡啰：

那边有个新村庄，
那里是致富之乡；
幢幢楼房美如画，
好似珍珠满山岗。
嘎瓦啦，吉瓦啦，
那是咱俩的家乡。

（1982年赴苏州参加全国曲艺优秀节目（南方片）观摩演出节目）

话 吉 祥

（单人折嘎）

索朗次仁

拉杰罗！
今天，
我要赞的是好时光，
表的是话吉祥。
今年，
"三年一小变"好景象：
祖国的边疆，
更加团结安定！
西藏各族人民，
在战斗中歌唱，
粮食连年丰收，
牧区人蓄两旺；
形势一派大好，
各项建设蒸蒸日上。
啦哈哈！

今天，
我折嘎少年普珠，
身儿好比鲜花怒放，
话儿好比铜铃叮铛。
我精神抖擞，
容貌端庄，
神彩奕奕，
喜气洋洋。

啦哈哈！

今天，
我折嘎少年走向哪里，
哪里就一派生机；
干农活，
丰收在望；
放牲口，
膘肥体壮；
做工艺，
心灵手巧；
搞交换，
互通有无；
要建设，
一派兴旺。
啦哈哈！

请您猜，
我折嘎少年家里怎么样？
家住曲水好地方，
有座果树环抱的小楼房，
土地一大片，
圈里满牛羊。
憨厚的爷爷，
是有名的猎人；
慈祥的奶奶，
是织毯的巧手；
辛勤的阿爸，
是生产的专家；
贤淑的阿妈，
擅长缝制藏装；
好学的阿佳，
是小学的校长；
机警的阿觉，
是放牧的关倌；
金嗓的妹妹，
像百灵鸟歌唱；
快嘴的普珠，
是个折嘎演员。
这样好的家庭，
怎能不衷心感谢共产党?!
啦哈哈！

问我折嘎少年有什么向往？
请远眺：
那雄伟壮丽的雪峰，
金光灿烂；
那奔流不息的江河，
波光粼粼；
那广袤无限的草原，
牲畜片片；
那辽阔肥沃的土地，
麦浪滚滚；
那成千上万的学校，
书声琅琅，
那欣欣向荣的城镇，
气象万千。
啦哈哈！

我折嘎少年拿着的小彩根，
(唱) ‖: 11 33 | 222 | 23 12 | 666 :‖
它是我亲密的小伙伴；
夜里，
和我同睡卡垫上；
黎明，
与我同时起床；

翻山越岭，
当骏马乘骑；
涉水过江，
当皮船行驶。
见着长辈，
亲切地问候；
碰上幼小，
主动地关心，
小彩棍陪伴我，
走遍四面八方。
唱起幸福的歌，
跳起欢乐的舞，
说段吉祥的折嘎；
赞颂家乡建设发展，
祝愿各族人民兴旺。

藏语相声曲本资料选

歌 舞 的 海 洋

索朗次仁　藏　文　创　作
索朗次仁　饶元厚　汉文翻译
土　登　米　玛　表　演

［甲乙同上，向观众敬礼

甲、乙：今天，我们俩给诸位献支歌。

［甲唱山南果谐《贡桑突布》，乙唱香港歌曲《一见钟情》，因而双方无法同唱下去。

甲：你先唱吧？

乙：还是你先唱。

［相互推让，又同声唱。

甲：咱俩唱的歌呀，实在没法唱在一块儿。还是你先唱。

乙：好，我先唱："那天我俩相见一面没有结果，谁知你又来看我？谁说世上没有一见钟情？一见钟情，我俩开花又结果……"

甲：小伙子，你唱的歌是什么地方的？

乙：香港！

甲：哦——是夏康（即冷库）的歌。

乙：我和夏康有什么关系。

甲：那么是什么？

乙：不对，不对。是香港！

甲：哦——"夏康"！

乙：不对，不对！我怎么给你解释好呢？

［又边唱边跳。

甲：（赶紧扭住）小伙子！我看还是不唱的好。
你要继续唱跳下去，只好把你送到藏医院去！

乙：（稍清醒后）你，你！干吗要送我到藏医院去？

甲：到藏医院去检查一下你的神经正不正常，依我说呀，今后，你还是少唱这种不利于身心健康的歌为妙。

乙：那，那，你说我唱什么？

甲：咿——咱们西藏有那么多的好民歌，你为什么不唱？

乙：民歌？民歌有什么可唱的！还不是老一套"拉—索拉，拉—索拉"，一个样。

甲：你呀，根本不了解我们西藏的民歌。你不要看不起本民族的民歌。你不懂就学着点

乙： 这是工布民歌。(洋洋得意)我确实能分辨出来。

甲： 还有更多的。诸如劳动气息浓的山南果谐，欢快激情的日喀则堆谐，抒情悠扬的拉萨囊玛，深情洒脱的各地酒歌，娓娓动听的爱情对歌；还有门巴、珞巴和快乐的夏尔巴人的民歌；更有那历史悠久的藏戏和说唱《格萨尔王传》的歌。

乙： 是不少。还有吗？

甲： 还有，更多的是藏族人民在长期生产过程中，最喜欢唱的劳动歌曲。

乙： 劳动时候唱的歌？

甲： 对，这些歌曲，大部分是根据各行各业在不同的劳动节奏中产生和流传下来的。

乙： 噢。

甲： 因为各种劳动的节奏不同，唱的内容、曲调、轻重缓急和情绪也不同。所以，打“阿嘎”时唱的歌与放牧时唱的歌，压根儿就不一样。

乙： 那放牧时怎么唱的？

甲： 放牧时是这样：(表现挥动“乌朵”的样子边吆赶牲口边唱)神秘的羌塘，在没有认识她以前，感到无限荒凉空旷；当你熟悉她以后，将变成你可爱的家乡。〔摘“乌朵”〕“啪—”！

乙： (吓了一跳)这，这是什么响声？

甲： 是摔“乌朵”时的响声。

乙： 我再问你，打“阿嘎”时为什么不能唱放牧歌呢？

甲： 那是因为劳动的节奏和规律不同。我唱唱，你看看行不行？(一手挥“乌朵”姿式，口唱打“阿嘎”时节奏急促的歌曲)“那边草坪上的次仁拉索，姑娘丢了鞋子次仁拉索，鞋子丢了没有关系次仁拉索，明天可以再买次仁拉索。”噢，这样不是存心要把牲口揍死吗？死了牲口你来赔！

乙： 赔？我，我干嘛要赔？

甲： 所以，放牧时绝不能唱打“阿嘎”的歌。

乙： 那划船歌是怎么唱的？

甲： 罗，划船歌更好听。(表演)稳坐牛皮船，两手握好桨。

乙： 行，行。这，我也会唱。

甲： 你也会唱？

乙： 这很简单。一张嘴就唱出来了。(做着划船的姿势，嘴里却哼着喂狗的音调)

甲： 你哼的什么调儿？

乙： 雅鲁藏布江上的船夫曲啊！

甲： 是吗?！我还以为你在喂狗哩。(学唱喂狗调)

乙： 唉，是不一样的。有没有打场歌？

甲：有。

乙：锄草歌？

甲：有。

乙：浇水歌？

甲：有。

乙：挤奶歌？

甲：有。

乙：有没有小孩睡觉时妈妈唱的催眠曲？

甲：有。这歌儿叫《哦罗罗》。（边唱边表演）

乙：有小孩学文化的歌吗？

甲：有。（边唱边表现学藏文字母的歌）

乙：捻线歌？

甲：有。

乙：木匠歌？

甲：有。

乙：石匠歌？

甲：有。

乙：洗衣歌？

甲：有。

乙：切丝歌（指切萝卜丝）？

甲：（失口地）有！什么？切丝歌？

乙：就是在切萝卜丝时唱的歌。

甲：这个，我从来没有听说过。

乙：哎，你听错了。我是说“拉鲁”（指爬山歌）。

甲：有。

乙：对歌？

甲：有。

乙：箭歌？

甲：有。

乙：苦歌？

甲：有。

乙：织氆氇歌？

甲：有。

乙： 吃糌粑歌？

甲： (又失口地)有。什么，什么？吃糌粑时怎么能唱歌呢？就这样边吃边唱，那怎么能唱出来呢？！哪有“吹笛子，吃糌粑”的道理？

乙： 哦——没有？

甲： 没有。

乙： 春天的撒种歌？

甲： 有。

乙： 夏天的“望果”歌？

甲： 有。

乙： 秋天的收割歌？

甲： 有。

乙： 冬末的过年歌？

甲： 有。

乙： 都有。(突然间)有没有鞣皮歌？

甲： 鞣皮歌？有。

乙： 有没有在“唐古”(即糌粑口袋)里揉糌粑时唱的歌？

甲： 在“唐古”里揉糌粑时唱的歌？这……没听说过！

乙： 那两手鞣牛皮的节奏和在“唐古”里揉糌粑的节奏不是完全一样吗？

甲： 但那是生活习惯和劳动规律不一样。所以，从来就没有在“唐古”里揉糌粑的歌。

乙： 真的没有？

甲： 没有。另外，我再告诉你，这些民歌的另一大特点；当你仔细地听了这些歌词内容以后，就能清楚地分辨出新旧社会、喜怒哀乐、心愿向望，等等。

乙： 请你唱支歌，看我能不能听出来？

甲： 好，好，你好好听啊！(唱一首抗英时的歌)用柔软的羊毛织成的“乌朵·曲米谷枝”，从“曲米”地方掷出去的石子，砸在英国佬的高鼻梁上。

乙： 嗯。这首民歌，反映了距今七十多年前江孜僧俗人民保卫祖国神圣领土，抗击略者的英雄气概。

甲： (唱一首民主改革时的歌)吉祥的柏枝烟缭绕，幸福的时光来临啦，剥削压迫连根拔，黑暗的日子如烟消。

乙： 这首民歌，反映出在党的领导下，广大僧俗人民欢呼解放，当家做主后的胜利喜悦。

甲： (唱一首丰收酒歌)亲朋好友，欢聚一起；丰收美酒，连喝三杯。

乙： 这首民歌，反映了广大群众喜迎丰收的欢乐心情。

甲： 我问你，是不是能够分得清楚？

乙： 能够分清楚。我倒要问您，您会不会唱情歌？

甲： 当然会唱。不过，大都是男女青年之间的对歌。

乙： 请你唱给我听听？

甲： 行，行。请你扮女方，我扮男方。

乙； 什么？我成了女的了？！

甲： 如果你不扮女方，那我这首情歌就没法儿演唱！

乙： 好，好。扮就扮，唱吧。

甲： 行。（边唱边表演）望了你一眼，美丽的姑娘也看了我一眼；在传情的瞬间，我和你结下了生死良缘。

乙： （对唱）两头耕牛并肩犁地，我俩若有这般亲密，哪怕拖着沉重的铧犁，我也十分乐意。

甲： 这就是双方情投意合，甘愿结成终身伴侣；如果女方不同意，那就不是这样唱。

乙： 那怎么唱？

甲： 你根据我唱的内容，就回答不同意的理由。

乙： 好。咱俩唱吧。

甲： （边唱边表演）一见倾心，给我穿了件纸衣，系上腰带；结果上下衣都分离。

乙： （答唱）那边柳树弯弯，这边藤树弯弯，要弯就一起弯，不然就各自所欢！

甲： 对！这说明你是不同意的。

乙： 妙！通过你的开导，使我深深懂得，藏族民歌真是丰富多彩。难怪人们常常誉称咱们西藏是“歌舞的海洋”，真是名副其实。

甲： 可是，你别忘记在那十年文革动乱中，这些民歌都被扣上了各种各样的帽子，全被打入了冷宫！

乙： 扣了些什么帽子？

甲： 那可多啦！有“加丝帽”、“娘霞帽”、“白霞帽”、“庆霞帽”、“瓦霞帽”、“石头帽”，等等。

乙： 还有石头帽？

甲： 对。沉重的石头帽。

乙： 堆谐？

甲： 是“剥削阶级”的。

乙： 囊玛？

甲： “宫廷音乐”。

乙： 果谐？

甲： “封建农奴主”的。

乙： 藏戏？

甲：有“宗教迷信色彩”。

乙：所有的民歌？

甲：都是“复辟”歌曲！

乙：乖乖！民歌都扣上了帽子。那个时候就没有歌可唱了？

甲：有，有。（边唱边表演“打、砸”歌）

乙：究竟砸了些什么？

甲：一切都打、都砸！造成了深重的民族灾难。

乙：真是一场空前绝后的浩劫！那么……

甲：粉碎“四人帮”以后，

乙：在我们伟大的社会主义祖国的百花园里，

甲：文艺的春天来到啦！让我们藏族民歌这束万紫千红的鲜花也能迎春盛开！

乙：对！在建设团结、富裕、文明的新西藏的进程中，瑰丽多姿、优美动听的藏族民歌，将会响彻万里高原！请听：

甲、乙：高耸的山峰，

挡不住金色的太阳；

争艳的百花，

能冲破冰雪的阻挡。

啊佳嘿，啊佳嘿！

没有比这更欢乐的地方，

没有比这更幸福的家乡。

西藏是“歌舞的海洋”，

我们要永远纵情歌唱。

（1982年赴苏州参加全国曲艺优秀节目（南方片）观摩演出节目）

十八军进藏路上曲本资料选

行　　军（快板）

魏　克

我们是铁脚军，
我们是铁腿班，
不怕趟冰河，
不怕过雪山，
昌都召开庆功会，
人人是英雄，
个个是好汉。

断粮难不倒（快板）

魏　克

断了粮，难不倒，
一日三餐照样搞；
野菜汤，野菜包，
野菜饺子野菜糕；
野菜笋片野菜炒，
野菜丸子野菜烧，
野生蘑菇野生杏，
野生木耳野生桃；
野鸡、野兔、野老鼠，
野葱，野蒜，野辣椒……
满山遍野都能找。
山又高，水又长，
进军路上断了粮，
早上喝的汤一碗，
晚上又是一碗汤。
你别看，
清水野菜一块煮，
脸在碗里直晃荡，
没有米面和油盐，
肚子里经常把歌唱，
可是为了"协议"能实现，
咱一颗红心比火旺。
来，喝一口，尝一尝，
你一定感到喷喷香；
身上的热劲往外冒，
抬腿能踢倒一堵墙，
天大的艰苦和困难，
都会向咱来投降。

一路欢笑一路歌（快板）

魏　克

西藏高原真不错，
春夏秋冬一天过——
一会儿风，一会儿雨，
一会儿大雪纷纷落；
一会儿晴天大太阳，

一会儿暴雨似瓢泼；
一会儿热得直淌汗，
一会儿冻得打哆嗦；
一会儿狂风遍地起，
一会儿冰雹砸脑壳……
哎——
人民战士英雄汉，
一路欢笑一路歌，
雪山草地任我走，
冰川大河任我过，
越是艰苦越顽强，
越是困难越快活！

歌唱张福林（河南坠子）

魏　克

……
只见他说着话面带笑容，
为理想他心里充满乐观。
哪怕你雀儿山山高路险，
有一天要把你变为乐园。
山中间通汽车路面宽大，
路边上砌起那石头栏杆，
山腰里栽满了松杉柏树，
山底下建筑起大厦楼房。
电灯光结成那明星万盏，
从拉萨到北京大路相连。

修路忙（快板）

赵先前

工具响，响丁当，
同志们，修路忙。
你挖、我装，
你担、我扛，
你打、我夯。
战胜冰雪和冰雹，
为了那，
兄弟部队在前方！

工具响，响连天，
同志们，干得欢。
你打锤，我掌钎，
填冰河，劈铁山。
为了那，
巩固西南国防线！

太阳红，暖洋洋，
同志们，歌声响：
你打鼓，冬冬冬，
我打锣，锵锵锵，
跳的跳，唱的唱，
建设个，新西藏。
你看那，
藏族同胞乐无疆！

铁土箕（快板）

叶华夏

铁土箕，
好伙计，
又牢又好我爱你。
白天拿你来运土，
收工把你洗一洗。
你是开路的铁先锋，
我决心把你挑到拉萨去。

打钢钎（快板）

杨光明

打钢钎，真紧张，
好比杀敌上战场。
风箱拉得呼呼响，
炉子里面放红光。
抡起铁锤往下打，
火星四溅放光芒。
不怕火星满天飞，
不管汗珠满身淌，
手臂挥动不使闲，
小锤落下大锤转。
钎头打得尖又尖，
赶快送到工地上。
同志们见了笑嘻嘻，
完成任务有保障。

夜炸矮拉山（快板）

袁钟亮

满天云雾遍地霜，
大山巨石硬梆梆，
进藏部队英雄汉，
矮拉山上摆战场。

月亮升起圆又圆，
照得山地明闪闪，
你用铁锤我用钎，
嗨哟！嗨哟！打炮眼。
黑色炸药眼里装，
安上一根导火线，
轰轰隆隆几声响，
碎石纷纷飞上天。

英雄个个像猛虎，
呼地一声冲上前，
撬杆插在石底下，
嗨哟！嗨哟！加油干。

大石滚落山底下，
同志们汗珠盖满脸，
拿出毛巾擦一擦，
继续往前再打眼。

英雄夜炸矮拉山，
今年打通玉昌段，
争取早日修到昌都去，
公路畅通过新年。

后　记

《中国曲艺志·西藏卷》在西藏自治区文化厅的直接领导下，在《中国曲艺志》总编辑部的具体指导下，经过全体编纂人员多年的艰苦奋斗，终于编纂成书了。

《中国曲艺志·西藏卷》的普查与资料的收集始于 1991 年，1996 年开始对资料进行加工，按照体例要求进行编写，1999 年通过了初审，2001 年通过了复审，至 2004 年 9 月交付终审，经历了一个漫长的过程。这既是一个编纂的过程，更是一个学习、认识、研究西藏曲艺艺术的历史与现状的过程。

《中国曲艺志·西藏卷》的编纂第一次全面地、系统地记录了西藏地区曲艺艺术发展的历史与现状。它填补了西藏曲艺有史无载的空白，对藏族，乃至对少数民族曲艺艺术的研究，有着重要的现实意义和历史意义。同时，它也是中国曲艺发展史研究的一个极其重要的组成部分。

我们在编纂西藏曲艺志的过程中遇到的问题是：历史上从未有人对西藏曲艺艺术的历史和艺术形式进行过记录和全面系统的研究，资料匮乏是最大的难题；曲艺志编纂的基础是曲种的认定，西藏的众多民间艺术品种里，哪些品种属于曲艺范畴，其认定是一件极其严肃的需要科学态度方能完成的工作，而这项工作前人没有做过；如何把握《中国曲艺志》地方卷的编纂体例，将西藏曲艺的实际，按照体例规定的学科分类加以如实记述，也是我们要从头学起的；《中国曲艺志》的编纂要求用现代汉语进行编写，将大量的藏文译成汉文，难度也是空前的。

为能全面系统地记述西藏曲艺发展的历史和现状，十多年来，编辑部多次下乡调查研究，深入到西藏各地调查民间曲艺品种，采访了众多的民间艺人，对收集上来的大量资料进行筛选，进行鉴别、认定，尤其是对曲种作了细致的鉴定工作。其间，编辑部先后深入阿里、日喀则、山南、那曲、林芝等地区的六十三个县，二百八十五个乡村，调查采访了近五百名艺人，录制了六十余盘录音资料，先后跑的里程有几十万公里。其间，总编辑部也为我们提高编纂水平提供了重要的帮助，先后邀请我们参加内蒙古、云南、四川等省卷的审稿会，开阔了我们的眼界，学习到许多知识和经验，对编纂体例有了具体的了解。经过不懈的努力，我们终于将西藏古老和新兴曲种岭仲、仲谐、古尔鲁、堆巴谐巴、百、喇嘛玛尼、扎年弹唱、折嘎、夏、藏语相声等十个曲艺品种，在丰厚的藏文化传统基础上，融西藏民间歌舞、民

间文学、藏传佛教文化为一体，载入《中国曲艺志·西藏卷》。其中，岭仲这一曲种名称的确定，正是在编纂《中国曲艺志·西藏卷》过程中，对过去被称作史诗《格萨尔王传》，继之又被称作曲艺品种“《格萨尔王传》说唱”的说唱形式加以进一步确认后定名的。又如仲谐，早期研究是从文学角度对曲本的研究，称其为民间故事，而在编纂曲艺志过程中，从艺术形态的整体研究来判断，它也应该是西藏曲艺家族的一个重要成员。

在编纂过程中也有许多遗憾。一是编辑部人手少，了解西藏曲艺的人奇缺，深懂藏文同时又有现代汉语功底的编辑也不多，因此会有不少疏漏。加之我们的水平有限，虽然知道这件事情还应该做得更好，但在很多情况下是力不能及。在此书即将出版之际，我们希望广大专家、读者给予批评指正。

本书在编纂过程中，得到西藏民族艺术研究所的大力支持与帮助，也得到文化部民族民间文艺发展中心的关心与帮助，在此特表示我们深深的谢意

《中国曲艺志·西藏卷》编辑部

2006年4月

索　　引

条目汉字笔画索引

说　明

一、本索引供读者按条目标题的汉字笔画查找条目。

二、本索引按条目标题第一字的笔画数目由少到多排列。第一字笔画数相同者，以起笔笔形一、丨、丿、丶、乛为序排列。第一字相同的条目标题，按第二字的笔画数和起笔笔形的顺序排列。余类推。一、丨、丿、丶、乛以外的笔形作如下规定：①㇀（提）作为一（横）。如："扌"是一丨一，"冫"是丶一。②㇏（捺）作为丶（点）。如："又"是乛丶。

三、本索引内容只包括"志略"、"传记"两大部类条目。"综述"、"图表"、"附录"等部类未作索引。

一　画

二　画

三　画

四　画

五　画

六　画

七　画

八　画

九　画

十　画

十 一 画

十 二 画

十 三 画

十 四 画

十 五 画

十 六 画

十 七 画

二 十 画

条目汉语拼音索引

说　明

一、本索引按各条目首字汉语拼音字母的顺序排列。第一字同音时，按该字读音的四声声调顺序排列。同音同调时按笔画多少和笔顺排列。第一字的上述各项完全相同时，则按二字的音、调、笔画和笔顺排列。余类推。

二、多音字和方言读音按本志条目中所依的字音排列。

E

F

G

H

J

K

L

M

N

P

Q

R

S

T

W

X

Y

Z

十部文艺集成志书总监制
文化部民族民间文艺发展中心

本卷出版人员名单

排版监制　李　松
印刷监制　李　松　王　静
责任编辑　包澄絜
装帧设计　李吉庆
版式设计　李　心
责任校对　刘学青